

Pierre Mongeau  
Jacques Tremblay

---

# Tabler *sur le plaisir*



Tactiques et stratégies de communication



Presses  
de l'Université  
du Québec





Tablet  
*sur le plaisir*

Membre de  
L'ASSOCIATION  
NATIONALE  
DES ÉDITEURS  
DE LIVRES

### Presses de l'Université du Québec

Le Delta I, 2875, boulevard Laurier, bureau 450, Québec (Québec) G1V 2M2  
Téléphone : 418 657-4399 – Télécopieur : 418 657-2096  
Courriel : puq@puq.ca – Internet : www.puq.ca

#### *Diffusion/Distribution :*

**Canada et autres pays :** Prologue inc., 1650, boulevard Lionel-Bertrand,  
Boisbriand (Québec) J7H 1N7 – Tél. : 450 434-0306/1 800 363-2864

**France :** Sodis, 128, av. du Maréchal de Lattre de Tassigny, 77403 Lagny, France  
Tél. : 01 60 07 82 99

**Afrique :** Action pédagogique pour l'éducation et la formation, Angle des rues Jilali Taj Eddine  
et El Ghadfa, Maârif 20100, Casablanca, Maroc – Tél. : 212 (0) 22-23-12-22

**Belgique :** Patrimoine SPRL, 168, rue du Noyer, 1030 Bruxelles, Belgique – Tél. : 02 7366847

**Suisse :** Servidis SA, Chemin des Chalets, 1279 Chavannes-de-Bogis, Suisse – Tél. : 022 960.95.32



La Loi sur le droit d'auteur interdit la reproduction des œuvres sans autorisation des titulaires de droits. Or, la photocopie non autorisée – le « photocopillage » – s'est généralisée, provoquant une baisse des ventes de livres et compromettant la rédaction et la production de nouveaux ouvrages par des professionnels. L'objet du logo apparaissant ci-contre est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit le développement massif du « photocopillage ».

Pierre Mongeau  
Jacques Tremblay

---

# Tablier *sur le* plaisir

Tactiques et stratégies de communication



Presses de l'Université du Québec

**Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
et Bibliothèque et Archives Canada**

Mongeau, Pierre, 1954-

Tableur sur le plaisir: tactiques et stratégies de communication

Comprend des réf. bibliogr.

ISBN 978-2-7605-3236-6

1. Plaisir. 2. Communication interpersonnelle. 3. Relations humaines.

I. Tremblay, Jacques, 1952- . II. Titre.

BF515.M66 2011 152.4'2 C2011-941532-1

Les Presses de l'Université du Québec reconnaissent l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada et du Conseil des Arts du Canada pour leurs activités d'édition.

Elles remercient également la Société de développement des entreprises culturelles (SODEC) pour son soutien financier.

Mise en pages: INTERSCRIPT

Couverture – Conception: MICHÈLE BLONDEAU

Œuvre (détail): MARCEL SAINT-PIERRE

*Suite vénitienne n° 7 (Rialto)*, 152,5 cm × 263 cm

coll. Yanick Villedieu

*Photo de l'œuvre: Michel Dubreuil*

2011-1.1 – *Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés*

© 2011 Presses de l'Université du Québec

Dépôt légal – 4<sup>e</sup> trimestre 2011

Bibliothèque et Archives nationales du Québec / Bibliothèque et Archives Canada

Imprimé au Canada

# *Remerciements*

---

Nous tenons à remercier chaleureusement Johanne, conjointe de Pierre et collègue à tous deux, pour ses questionnements riches de développements et ses judicieuses suggestions. Dans le même esprit, nous remercions aussi toute l'équipe des Presses de l'Université du Québec.



# Table des matières

---

Remerciements	VII
Le plaisir : un bien-être qui porte à l'action	1
Le plaisir en relation est dans la relation	3
Le recadrage de la situation modifie les plaisirs	7
Pourquoi le plaisir ? Parce qu'il guide vers plus de vie	9
La réduction d'un déplaisir est louable mais l'étalage de son plaisir dérange	11
La disparition de ses problèmes ou la quête du plaisir ?	13
La recherche de ce qui est vivant et source de plaisir	15
Plaisir et manières d'être vont de pair	17
Le plaisir, ni noir ni blanc	19
Facile d'avoir du plaisir en relation ?	21
Le plaisir comme un détecteur d'occasions	23
Le désir et le plaisir orientent l'action	25
Les principaux types de plaisirs en relation	29
Les tactiques et les stratégies de plaisir en relation	35
Huit manières de rechercher le plaisir en relation	39
Les plaisirs fusionnels	39
Le plaisir de danser avec l'autre	41
Le plaisir de s'engager	45
Les plaisirs audacieux	48
Le plaisir de relever le défi	49
Le plaisir de persévérer	53
Les plaisirs rebelles	56
Le plaisir de contrarier l'autre	58
Le plaisir de se libérer	63

Les plaisirs courtois	66
Le plaisir de surfer	67
Le plaisir de se défiler	72
Les tactiques	75
Les stratégies	77
Les passages d'un plaisir à l'autre	79
Quel plaisir rechercher ? Comment modifier la situation ?	81
En somme...	93
Mais, qu'est-ce que tout cela nous apprend ?	95
Des efforts	95
Des renoncements	96
Une ouverture	97
Une affaire de choix	97

Le plaisir :

## *un bien-être qui porte à l'action*

---

Être rayonnant, plein d'énergie et excité laisse supposer qu'on a du plaisir à faire ce qu'on fait ou à être avec qui on est. Avoir du plaisir va de pair avec une montée d'énergie, un goût de bouger, une bonne humeur manifeste. Le plaisir provoque chez soi ce que nous pourrions qualifier de « sourire intérieur ». Il entraîne une impression de disponibilité d'énergie positive. Certaines personnes se détendent et manifestent de l'aisance. D'autres sont plus volubiles et interagissent plus volontiers avec leur entourage. D'autres encore se sentent plus créatrices et éveillées, etc. Bref, le plaisir stimule le goût de vivre.

L'idée même de plaisir correspond à un ensemble de sensations agréables qui s'entremêlent, se combinent et s'accroissent mutuellement sur les plans physique, psychologique et relationnel. Boire, manger ou dormir quand on a soif, faim ou sommeil fait plaisir. Cela soulage et contente. Recevoir ou faire une caresse à une personne qu'on aime fait plaisir. C'est physiquement agréable, cela nous rassure et confirme la réciprocité du sentiment. De même, recevoir un accueil chaleureux ou faire équipe avec un partenaire en qui on a toute confiance fait plaisir. Ou encore, dans un registre différent, réussir à persuader quelqu'un de récalcitrant ou livrer le fond de sa pensée sans retenue peut aussi faire plaisir. La sensation de plaisir peut accompagner l'évocation d'un souvenir ou le partage d'une idée. Le plaisir peut aussi accompagner la disparition d'un déplaisir et l'apparition d'un certain soulagement. Par exemple, répondre habilement à une critique désagréable, réussir à éviter d'entrer en relation avec une personne antipathique sont des comportements généralement accompagnés de plaisir.

Le plaisir peut en outre accompagner toutes sortes d'émotions. Pensons au plaisir d'avoir peur éprouvé par les amateurs de films d'horreur ou au plaisir d'aimer ou à celui d'aimer être amoureux, éprouvé lors des premiers flirts. Ou,

encore, pensons au plaisir qu'il y a à détester quelqu'un franchement, sans retenue. De même, il peut accompagner des sensations physiques paradoxales, comme le plaisir que procure un manège vertigineux ou la pratique d'un sport extrême. En fait, le plaisir s'associe à une infinité de situations et de relations différentes où on se sent vivant. Il indique que ce qui se produit à ce moment précis est bon pour soi. On se sent conforté dans son existence, en paix avec soi-même.

Mais le plaisir ne se résume pas à des réponses ou à des réactions à une situation. Le plaisir suscite aussi le mouvement, le désir d'aller vers quelque chose ou quelqu'un et de préserver la source d'où il émane. Il incite à s'exprimer davantage, à écouter avec plus d'attention. Il stimule la curiosité. Il entretient la vivacité. Il conduit, par exemple, à poursuivre la lecture d'un bon roman, à réécouter pour une dixième fois sa musique préférée. Il incite à faire perdurer l'instant ou encore à reproduire la situation.

Bien entendu, cerner l'essence du plaisir et de ses différentes manifestations en quelques mots est une tâche impossible. Nous pouvons néanmoins avancer que le plaisir est un amalgame de sensations agréables qui suscitent le désir de le prolonger ou de le retrouver. Autrement dit, le plaisir est un bien-être qui porte à l'action.

## Le plaisir en relation *est dans la relation*

---

D'emblée, le plaisir apparaît comme quelque chose d'essentiellement individuel. On ressent le plaisir intérieurement, individuellement. Mais le plaisir peut aussi être considéré comme quelque chose de fondamentalement relationnel. De ce point de vue, les différentes formes de plaisir naissent et existent dans l'interaction avec le monde dans lequel on vit. Les plaisirs de la caresse, de la musique, de l'amitié, du travail, etc., s'inscrivent dans la relation qu'on entretient avec le monde. En fait, quelle que soit la nature du plaisir, il est difficile d'imaginer que celui-ci ne soit pas lié d'une façon ou d'une autre à la relation au monde qu'on entretient. Même des plaisirs très individuels comme le plaisir intellectuel de la découverte (*insight*) ou le plaisir physique de la pratique d'un sport n'existent qu'en relation avec le monde. Ces plaisirs, comme tous les autres, s'enracinent dans les relations qu'on entretient avec son environnement. Ainsi, le plaisir de la découverte est-il nourri par l'apport d'idées extérieures ou de problèmes à résoudre. Le plaisir du sport est stimulé par l'interaction physique avec son environnement.

Si la relation au monde, au sens large, permet le plaisir, le plaisir, lui, stimule et consolide cette relation. De même, sur le plan interpersonnel, le plaisir à être en relation incite à entretenir ou à renforcer la relation qui l'a vu naître. Par exemple, le plaisir de discuter et de convaincre est alimenté et entretenu par les réponses et par l'argumentation de l'autre, et ce même plaisir incite à poursuivre la discussion. Le plaisir d'aider est alimenté par l'accueil favorable de l'autre. Ce plaisir ressenti à aider incite à renforcer cette aide. Dans cette perspective, les plaisirs qu'on expérimente dans ses relations avec les autres apparaissent tissés à même ces relations. Comment prendre plaisir à convaincre sans partenaire capable d'argumenter? Comment prendre plaisir à aider sans une personne qui accepte d'être aidée? Dans ces situations, le plaisir de l'un est en partie fonction de la réponse de l'autre. Et lorsqu'il apparaît, le plaisir constitue une récompense qui encourage

à préserver cette manière d'interagir avec l'autre. Il consolide ainsi la relation, mais aussi ses propres manières d'interagir. Les comportements qui sont associés à l'émergence du plaisir dans une relation sont de ce fait renforcés. On aura spontanément tendance à les répéter.

La diversité des manières d'être en relation<sup>1</sup> qu'on entretient dans toutes sortes de situations et de relations est ainsi associée à différentes manières d'avoir du plaisir. Par exemple, une relation avec une personne qui interagit avec humour sera une occasion de profiter du plaisir de rire. Inversement, être en relation avec quelqu'un qui rit facilement sera l'occasion de faire de l'humour. De même, une relation avec quelqu'un qui aime argumenter sera une occasion de profiter du plaisir de débattre, et être en relation avec quelqu'un qui aime débattre sera une occasion de débattre avec plaisir. La complémentarité sinon la complicité des personnes (l'une qui blague, l'autre qui rit; l'une qui avance une idée, l'autre qui lui répond), tout cela encourage le développement d'une relation qui, à son tour, favorise tel ou tel plaisir. Par contre, celui ou celle qui n'a pas envie de rire ou d'argumenter pourrait considérer qu'une telle relation est une source d'exaspération, de perte de temps et de déplaisir. Dans tous les cas, le plaisir est lié à sa relation avec l'autre. Plus précisément, il est lié à la réalisation de ses propres désirs dans la relation.

Partant de cette idée que le plaisir en relation dépend en grande partie des actions de ses partenaires, plusieurs attribuent le fait d'avoir ou de ne pas avoir de plaisir en relation aux traits de caractère ou de personnalité de ceux-ci. Dans cet esprit, on a parfois l'impression qu'il est plus ou moins facile et plaisant de converser avec un tel ou une telle. Qu'il est plus agréable d'aller courir les magasins avec une autre, plus stimulant de travailler avec d'autres, etc. Pourtant, il semble plus facile d'avoir du plaisir à être complice avec quelqu'un qui nous aime et plus facile d'aimer quelqu'un qui nous aime. Il est aussi possible d'avoir du plaisir à s'opposer ou à tenter de séduire quelqu'un qui nous ignore, qui est impatient ou désagréable. Ou, encore, il est possible d'avoir du plaisir à se libérer d'une relation étouffante ou insignifiante.

Aussi, dire que le plaisir s'inscrit dans les relations, qu'il est stimulé ou alimenté par la réponse des partenaires ne signifie pas que ceux-ci déterminent si l'on aura ou pas de plaisir en relation avec eux. Cela signifie que le plaisir à être en relation avec ses partenaires dépend aussi de sa propre manière d'agir et de leur répondre. En fait, de ce point de vue, le plaisir est dans la relation, plus précisément dans l'interaction entre les manières d'être en relation des uns et des autres. Ces

---

1. Manière d'être en relation : ensemble des éléments affectifs, cognitifs et comportementaux qui définissent la façon d'interagir avec l'autre (attitudes, réactions émotives, langage employé, habitudes de répartition, gestes, postures, expressions non verbales, ton de la voix, etc.). Bref, les manières d'être en relation correspondent aux manières qu'une personne a d'agir et d'interagir avec les autres. Ces manières d'être en relation peuvent être qualifiées de mille et une façons. Elles peuvent être agressives, aidantes, autoritaires, convaincantes, constantes, directes, douces, impulsives, intellectuelles, intermittentes, par à-coups, sensuelles, stimulantes, stratégiques, variées, etc.

manières d'entrer en relation et ces réactions face à l'autre délimitent un champ de plaisirs possibles dans la relation et en éliminent d'autres. De même, la propension de l'autre à répondre de telle ou telle manière sert aussi à délimiter le champ des plaisirs possibles. Ce ne sont pas tant les caractéristiques stables des caractères (agressivité, politesse, humour, etc.) de l'un ou de l'autre qui définissent le plaisir que le jeu des actions et des réactions de chacun. Ce jeu des actions et des réactions des partenaires détermine la palette des plaisirs possibles tant au sein de la relation que dans la manière d'échanger. Plus précisément, c'est la manière dont chacun réagit aux interventions de l'autre qui participe au plaisir. Si les manières d'être ensemble se transforment, le plaisir ressenti changera, il augmentera ou, à l'opposé, il pourra aller jusqu'à disparaître. Le plaisir en relation n'est ni absolu ni constant. Beaucoup plus volatil que les caractéristiques personnelles de chacun, le plaisir dépend de la relation entre les partenaires ici et maintenant.

Chaque manière d'être en relation avec certaines personnes à certains moments favorise certains plaisirs et en exclut d'autres. Par exemple, la relation amoureuse permet le plaisir du rapprochement. Mais la relation amoureuse ne sera pas faite uniquement de moments de rapprochement et de fusion. À l'occasion, les membres du couple prendront plaisir à risquer des prises de position délicates et conflictuelles. Ces moments de tension pourraient amener le plaisir d'une compréhension nouvelle d'une situation. Un jour amoureux, le lendemain ils se disputent. Ces deux moments ne donnent pas accès aux mêmes types de plaisirs : un jour, le plaisir de la fusion et le lendemain, celui de l'affirmation de soi et de la différenciation. Ces deux types de plaisirs, celui de la fusion avec l'autre et celui de l'affirmation de sa différence, comme beaucoup d'autres plaisirs, peuvent coexister dans une même relation entre les mêmes personnes à différents moments. D'un moment à l'autre, d'une situation à une autre, le plaisir varie. On prendra parfois plaisir à insister, tandis que dans d'autres situations on prendra plaisir à fuir.



## Le recadrage de la situation *modifie les plaisirs*

---

Dans une même situation, le plaisir de chacun peut aussi être de nature différente. Par exemple, lors d'une réunion de travail, une personne peut prendre plaisir à argumenter, tandis qu'une autre prendra plaisir à diriger le débat. Pour la première personne, la situation est une occasion de prendre plaisir au débat. Écouter, persuader, tenter de voir ou présenter les choses différemment constitue son plaisir à participer. Pour la deuxième, le plaisir réside plutôt dans le contrôle de la démarche. Il s'agit moins de contribuer au contenu des échanges que de structurer la démarche. Les deux formes de plaisir coexistent alors simultanément, comme en parallèle.

Par ailleurs, l'aspect momentané et situationnel du plaisir en relation, et son lien avec la manière d'être en relation des partenaires, ouvre une possibilité d'action pour modifier son plaisir en relation. En effet, si on ne peut s'efforcer ni décider volontairement d'éprouver du plaisir, on ne peut pas non plus forcer l'autre à en éprouver. Même une sensation agréable pourra susciter une aversion si elle est imposée. On ne peut pas s'obliger à aimer ou à ne pas aimer, ni à prendre plaisir ou pas à une situation. L'attirance ou la répulsion générées, par exemple, par une manière autoritaire d'intervenir, un ton de voix, une allure, etc., ne peuvent être directement contrôlées ou annihilées. Toutefois, on peut changer son interprétation de la situation et sa manière d'être dans la situation. Si on parvient à renouveler son interprétation de la situation et à ajuster en conséquence sa manière d'agir, on modifie du même coup le champ des plaisirs accessibles. Si, plutôt que de réagir à l'indifférence de l'autre en manifestant sa propre indifférence, on réagit en interprétant la situation comme un défi à relever, on peut alors prendre plaisir à tenter de susciter chez l'autre une réaction à son égard. Ou encore, si on interprète cette indifférence comme une critique voilée, on pourrait prendre plaisir à répondre à cette critique et chercher à contrarier son partenaire. On pourrait même prendre plaisir à s'y opposer ouvertement. On peut aussi tenter de modifier directement

ses manières d'agir. Toutefois, comme les réactions affectives et les désirs, les premières réactions spontanées sont difficilement contrôlables. Les réactions d'irritation ou de joie, par exemple, transparaissent souvent à l'insu même de la personne. Mais on peut, dans un deuxième temps, choisir d'agir différemment ou poursuivre son action différemment ou à tout le moins tenter de moduler ses manières de faire habituelles. Ce faisant, on transforme la situation, et donc les plaisirs qui lui sont inhérents. Si, après une première réaction d'irritation, on décide de ne pas s'énerver, d'écouter calmement ce que l'autre dit avant de parler, on retourne la situation à son avantage et on découvre les plaisirs qui s'offrent à soi. De même, si, après la première réaction d'irritation, on décide d'ouvrir les vannes, de se laisser aller à vider son sac, on modifie aussi la situation et les plaisirs qui lui sont rattachés. Là, dans l'action sur sa propre interprétation de la situation et dans les choix volontaires qui modulent ses réactions, réside une possibilité d'intervention pour accentuer son plaisir.

En somme, au-delà des caractéristiques de l'autre, la manière d'être en relation des partenaires, et plus particulièrement la manière de chacun de réagir aux propositions de l'autre, contribue grandement à déterminer leurs possibilités de plaisir. Le plaisir des partenaires est défini par la rencontre des perceptions et des manières d'être de chacun. C'est du moins le point de départ de cet ouvrage.

Pourquoi le plaisir ?

## *Parce qu'il guide vers plus de vie*

---

Pourquoi se préoccuper du plaisir ? Et particulièrement du plaisir en relation ? L'hédoniste répondrait : « Parce que le plaisir attire et stimule. Parce qu'il guide l'action vers plus de vie, plus de joie de vivre. » Nous pourrions ajouter : « Parce que le plaisir est présent partout, dans tout ce que chaque personne s'efforce de faire durer et croître. Parce qu'il est omniprésent dans tous les échanges que chacun établit et entretient : plaisir de travailler, plaisir à échanger avec des amis, plaisir d'écouter de la musique, de partager sa table, etc. Parce que le plaisir est intimement lié au développement de nos manières d'être en relation avec le monde qui nous entoure : objets, personnes, lieux, moments, etc. Enfin, parce qu'il indique dans quelle mesure la relation est en accord avec nos désirs. Plus encore, parce que le plaisir consolide les liens au sein desquels se développent et se transforment nos manières d'être en relation avec les autres. »

Pourtant, comme en témoignent les conversations de tous les jours, il semble bien qu'on n'accorde pas au plaisir toute l'attention qu'il mérite. À en croire certaines bribes de conversations volées au hasard dans des cafés ou des restaurants, dans des corridors, etc., on se rend compte que celles-ci tournent plutôt autour des contrariétés de la vie que de ses plaisirs. Les difficultés interpersonnelles, les petits bobos et les soucis de la vie quotidienne y occupent généralement une place prépondérante. On échange à propos des désagréments qu'on aimerait faire disparaître. Au fil de la conversation, chacun évoque ce qui le dérange et partage avec ses interlocuteurs ses petits malheurs : correspondance de métro ratée, mauvais rhume, surcroît de travail, comportement d'un collègue, etc. Bien sûr, ces échanges permettent à la personne de mieux comprendre ce qui l'affecte et d'agir ainsi plus efficacement pour corriger la situation et réduire les désagréments qui en découlent.

Mais tout se passe au quotidien comme si lutter contre l'inconfort et régler des problèmes prenait toute la place. La recherche du plaisir est reléguée aux oubliettes de la conscience.

Bien sûr, on nous dira que certaines relations de plaisir peuvent être néfastes, que trop de plaisir peut mener à la débauche. On évoquera l'exemple d'individus tombés dans la dépendance aux drogues ou à l'alcool par des relations perverses : prostitution, domination, échange de drogues, abus, etc. Relations qu'on associera alors aux plaisirs. L'argument étant que ces relations de « plaisir » mèneraient à l'autodestruction. L'erreur est de poser sur le plaisir un regard entaché de jugements moraux qui amalgament plaisir et débauche ou opposent morale et plaisir. Toutefois, notre but n'est pas ici de proposer une explication du comment et du pourquoi ces relations néfastes peuvent se maintenir et se développer<sup>1</sup>, ni non plus de discuter du pourquoi ou du comment modifier ce type de relations. Notre objectif est d'examiner le plaisir en relation et d'en montrer certains déterminants liés à la situation relationnelle.

---

1. Trop nombreux pour les citer sont ceux qui ont proposé des modèles explicatifs du développement de ce type de relations. Mentionnons seulement Berne (1971, 1976, 1983), Laing (1969, 1971), Swann (1985, 1987, 1990), Watzlawick (1972, 1981) et nous-mêmes dans le cadre d'un précédent ouvrage (Mongeau et Tremblay, 2002) où nous explorons le rôle de l'inconfort dans nos vies et sur notre développement.

## La réduction d'un déplaisir est louable mais *l'étalage de son plaisir dérange*

---

Par ailleurs, ce n'est pas si facile de porter attention au simple plaisir d'être en relation avec quelqu'un. *A fortiori*, il n'est pas facile de vouloir le décortiquer et en parler ! En effet, dans nos sociétés, étudier le plaisir sexuel ou en parler semble parfois plus facile et admis que de parler du simple plaisir de discuter ou même du plaisir de travailler. En outre, il semble souvent plus simple de rechercher le plaisir que d'en parler. Le rapport au plaisir reste socialement complexe et empreint de contradictions, de pudeur et de confusion. On admettra qu'une relation plaisante est à rechercher. Mais on admirera celle qui peut triompher de l'adversité. On plaindra celui qui a perdu une relation plaisante. Mais celui qui affiche son plaisir dérange, est considéré comme quasi obscène ou fait preuve d'un manque d'humilité.

Aussi, rares sont les discussions visant à mieux comprendre ses plaisirs. Il n'est pas courant de demander conseil sur la façon de découpler ou de faire durer tel ou tel plaisir<sup>1</sup>. Par exemple, l'échange suivant pourrait paraître incongru sinon ridicule :

- Salut, comment ça va ?
- Très bien. J'ai passé une excellente soirée avec des amis.
- Qu'est-ce qui était plaisant ?
- Le climat, le ton des échanges. Une amie a su entraîner X à intervenir positivement. Vraiment, j'aimerais que ça se produise plus souvent.
- Moi aussi, quand ça arrive, j'essaie de remarquer ce qui a créé cet agréable climat.

---

1. Déjà, cette simple évocation d'un échange visant à découpler le plaisir peut sembler étrange et scabreuse.

- Je me demande ce que nous avons bien pu faire pour que ça se maintienne si bien toute la soirée ?
- Est-ce qu'il se pourrait que...
- Etc.

Plutôt que :

- Salut, comment ça va ?
- Ça va bien. J'ai passé une soirée avec des amis, mais X a encore provoqué tout le monde, et puis j'ai mal dormi.
- Qu'est-ce qu'il a encore dit ?
- Bof, c'est le ton avec lequel il relève des insignifiances. Vraiment, j'aimerais parfois pouvoir le bâillonner.
- Moi aussi, chaque fois, mais j'y arrive pas. Il n'est pas contrôlable !
- Je ne sais pas comment il fait !
- Est-ce qu'il se pourrait que...
- Etc.

Évidemment, il arrive aussi que les bons moments soient évoqués dans les échanges quotidiens mais, lorsqu'ils sont mentionnés, ils sont souvent mis en évidence ou exhibés comme des objets rares et d'autant plus précieux. Ils sont rarement vraiment discutés ou analysés. On en prend soin, on les protège. Ils sont mis en sécurité. Par contre, les difficultés, les contrariétés qui empoisonnent la vie sont, elles, beaucoup plus facilement livrées en pâture pour être analysées et décortiquées en long et en large.

## La disparition de ses problèmes *ou la quête du plaisir ?*

---

Chaque situation, chaque relation comporte évidemment sa part de plaisir et de malaise. D'emblée, les malaises sont perçus comme autant de petits problèmes à régler. On cherche à les réduire, sinon à les éliminer. Le plaisir est, quant à lui, perçu comme quelque chose dont il faut profiter, comme un fruit à cueillir.

Cette approche « normale » des relations est centrée sur la réduction des malaises et des conflits et sur le désir de profiter des bons moments de la vie. D'un point de vue formel, nous pourrions dire que cette approche s'appuie sur une évaluation de la situation actuelle par rapport à ce qu'elle pourrait ou devrait être. On cherche alors à réduire l'écart entre la situation actuelle et une situation désirée. Cet écart est en quelque sorte le problème à résoudre, le malaise sur lequel on veut agir pour le faire disparaître et se rapprocher ainsi de la situation souhaitée. Supposons, par exemple, que la personne à côté de qui on est assis à bord d'un avion, une personne plutôt engageante, se fait une joie de partager avec nous son analyse des problèmes de correspondance des vols. On s'ennuie à l'écouter. On se dit qu'on ne devrait pas être obligé de supporter cela. On cherche comment on pourrait modifier la situation pour ne pas avoir à subir sa conversation durant tout le reste du voyage. Quel soulagement ce serait de réussir à changer de place et de faire ainsi disparaître cette petite mais persistante source d'irritation. Le contentement serait d'avoir agi et d'avoir réussi à la faire disparaître : on se serait alors fait plaisir. Le plaisir en relation n'est toutefois pas limité à cette approche « par problèmes ». Il existe d'autres voies.

Selon une autre approche, nous proposons de chercher à identifier et à exploiter les plaisirs inhérents à la situation. À la différence d'une approche centrée sur la réduction des malaises, la recherche du plaisir ne conduit pas à une situation prédéterminée qui serait meilleure ou plus agréable que la situation présente. Il n'y

a plus de situation désirée à atteindre et à rechercher. Il n'y a plus d'écart à combler, mais un présent et un avenir à cultiver, à faire advenir. Il y a là un potentiel de plaisir à écouter, dont on peut tirer profit. On ne se dirige pas quelque part. On embarque pour aller on ne sait où. Suivre son plaisir conduit vers une situation non préalablement définie. Autrement dit, nous proposons d'identifier le potentiel de plaisir présent dans la situation où on se trouve et d'y porter attention, puis d'agir de manière à en favoriser l'émergence et de tenter de suivre la voie qu'il indique. Il ne s'agit pas de chercher à réduire un malaise, mais plutôt de profiter du plaisir.

## La recherche de ce qui est vivant *et source de plaisir*

---

L'idée de porter attention au plaisir potentiel d'une situation est de favoriser l'émergence et l'actualisation de ce plaisir. Porter attention au plaisir permet de reconnaître ce qui va déjà bien dans la relation. À la manière d'un ou d'une athlète qui s'entraîne, on identifie et stimule ses manières d'agir déjà très efficaces. Partant du principe qu'on ne devient pas un athlète olympique en voulant seulement corriger ses faiblesses, mais plutôt en poussant à leur maximum les qualités déjà présentes, nous proposons de tabler sur le plaisir. Il ne viendrait pas à l'idée d'un futur champion haltérophile de corriger ses faiblesses en nage synchronisée. C'est pourtant à une situation semblable qu'une personne discrète et plutôt affable pourrait être confrontée si elle devait, dans le cadre de ses fonctions, diriger une équipe composée de gens plutôt bourrus ou colériques. Comment pourrait-elle avoir du plaisir avec des personnes si différentes d'elle ? Devrait-elle manifester son agressivité ou améliorer son écoute ? Et quel plaisir pourrait-elle avoir ? Pourquoi devrait-elle s'intéresser au plaisir dans une telle situation ? Elle pourrait être attentive à son plaisir à trouver ce sur quoi focaliser son attention et à exploiter ses forces en relation. Toutefois, comme le sous-entend l'image de l'entraînement, le plaisir n'est pas forcément synonyme de facilité.

Ainsi, dans l'exemple cité précédemment où la conversation de notre voisin de siège nous ennue prodigieusement, nous pourrions nous demander quel comportement pourrait nous faire plaisir dans les circonstances et tenter d'agir en conséquence. Par exemple, nous pourrions imaginer le plaisir à envoyer pâître ce voisin envahissant et être curieux de ce qui pourrait alors se produire. On pourrait aussi décider de meubler le temps avec cette conversation comme on le ferait en feuilletant une revue. Tout en n'attendant rien de précis de cet échange, on y verrait alors une occasion d'en apprendre un peu plus sur les lieux à voir ou à éviter. Dans

tous les cas, être centré sur le plaisir plutôt que sur le problème à corriger permet de profiter de la situation en mettant à l'avant-plan le potentiel de plaisir que cette situation recèle.

Bien sûr, cette approche ne fait pas disparaître les malaises comme par enchantement, mais elle permet une nouvelle perception de la situation. Percevoir un problème, lui imaginer une solution, cache parfois le plaisir potentiellement présent dans la situation. Occulté par le malaise, le plaisir en est réduit à être un élément secondaire par rapport aux irritants qui drainent toute l'attention. Suivre le plaisir, dans une telle situation qui présente son lot de malaises, c'est s'ouvrir à ce qui stimule. L'idée n'est pas de tomber dans l'angélisme et de se convaincre que les problèmes n'existent pas, mais d'identifier ce qui est encore vivant et source de plaisir et d'y travailler, tout en délaissant ce qui l'est moins.

## Plaisir et manières d'être

### *vont de pair*

---

La notion de plaisir est facilement associée au laisser-aller ou au fait de profiter de quelque chose: plaisir des vacances, plaisir de ne rien faire, plaisir d'une bonne table ou d'un bon vin, plaisir de la musique ou d'un spectacle. Mais le plaisir n'est pas que réception passive. Lorsqu'il s'associe au désir de prolonger et de répéter ces situations agréables, il peut même résider dans l'effort fourni et l'apprentissage de nouvelles manières d'être. Par exemple, dès la naissance, le plaisir du bébé qui gazouille sous les chatouillements de ses parents participe à la consolidation de la relation. Son plaisir suscitera des tentatives de prolongation et des répétitions de cette forme d'interaction avec ses parents. Du côté de ces derniers, le plaisir à chatouiller l'enfant qui gazouille consolide cette manière d'interagir avec lui. Leur plaisir respectif participe à la construction de leur relation et au développement de leur manière d'être en relation. De même, deux personnes qui, sous le coup de la colère, prennent plaisir à se dire le fond de leur pensée peuvent être conduites vers de nouveaux apprentissages. Le plaisir ressenti à s'exprimer franchement, sans détour, peut les conduire à développer leur habileté à oser et à affronter l'adversité.

Le plaisir participe au renforcement et au raffinement des manières d'agir et de réagir et favorise l'émergence de nouveaux plaisirs qui, à leur tour, encouragent (ou non) le maintien des comportements à la source de ces plaisirs. Ainsi, lorsqu'on a du plaisir à être en relation avec une personne, ce plaisir encourage à maintenir et à raffiner sa manière d'être en relation avec elle. Raffinement qui, à son tour, perpétue la manière d'être en relation. Par exemple, une touriste prend plaisir à parler de tout et de rien avec les gens qu'elle rencontre. Elle parle du temps qu'il fait, les interroge sur leur métier, etc. À chaque nouvelle rencontre, elle perfectionne, sans même s'en rendre compte, sa manière de faire, d'aborder les gens,

d'interagir, etc. Elle s'ajuste à la culture et aux pratiques locales. Ce faisant, elle est amenée à découvrir des expressions, à partager de nouvelles activités et à expérimenter de nouveaux plaisirs.

À l'opposé, la disparition du plaisir peut provoquer l'étiollement, voire la fin de la relation, du moins telle qu'elle était définie. Ainsi, l'enfant qui se rebelle contre l'autorité parentale éprouve plus de plaisir à émettre des critiques, à piquer des colères, à se comporter de façon contraire aux attentes, etc., qu'à maintenir la relation parents-enfants qui ne lui apporte plus le plaisir souhaité. De même, des époux en instance de divorce pourraient prendre plus de plaisir à transformer ou à rompre leur relation qu'à tenter de préserver leur manière d'être ensemble.

Par ailleurs, la découverte et l'exploration de nouveaux plaisirs transforment la relation. L'exploration par l'adolescent du plaisir de s'affirmer transforme sa relation avec ses parents. La découverte d'une nouvelle relation plus riche ou encore l'exploration de l'autonomie par l'un des époux transformera leur relation. Ces transformations ouvrent à leur tour la voie à l'émergence de nouvelles manières d'être en relation et aux plaisirs qui leur sont associés (plaisir de contrarier l'autre, de fuir, de s'engager, de persévérer, etc.).

Ainsi, la recherche du plaisir en relation et le développement de ses manières d'être en relation apparaissent comme les deux faces d'une même médaille, l'une et l'autre vont de pair. Les interactions plaisantes alimentent et stimulent chez les partenaires une manière d'être en relation qui favorise le maintien de cette relation. Ainsi, deux partenaires qui prennent plaisir à se répondre du tac au tac améliorent leur habileté respective à interagir de la sorte. Ce faisant, ils augmentent leur chance de maintenir et de renforcer cette relation en tant que source de plaisir.

Cependant, l'ordre d'apparition des phénomènes pourrait être mis en question. Certains pourraient avancer que ce n'est pas le plaisir qui favorise le développement de ses manières d'être en relation, mais plutôt le développement de ses manières d'être en relation qui favorise le plaisir. Là n'est pas la question. Il ne s'agit pas de déterminer lequel précède ou cause l'autre. Il s'agit plutôt pour nous de travailler à partir de l'idée que le plaisir et nos manières d'être en relation vont de pair. Plaisir et relation sont des phénomènes concomitants. Ils participent mutuellement à leur construction.

## Le plaisir, *ni noir ni blanc*

---

Si on reconnaît facilement la présence du plaisir lorsqu'il est franc et entier et qu'il atteint une certaine intensité, il n'en est pas toujours ainsi au quotidien dans les situations ordinaires. En effet, la plupart du temps, le plaisir n'est pas la seule sensation présente. Plusieurs couches d'émotions et de pensées peuvent coexister simultanément dans une relation qui peut à l'occasion être source à la fois de plaisir et de déplaisir. Le plaisir émerge ainsi au sein de situations et de relations ambiguës où il se mélange à d'autres sensations. Par exemple, on peut ne pas avoir de plaisir à participer aux travaux ménagers, mais aimer aider notre partenaire, aimer travailler avec tel collègue tout en n'appréciant pas l'odeur de son parfum, etc. De même, on peut éprouver du plaisir à être en relation avec une personne ; on peut aimer la finesse de ses réparties, son sens de l'humour et son ouverture d'esprit. Parallèlement, on peut ne pas prendre plaisir à travailler longuement avec elle à cause de son excès de zèle et de son acharnement au travail. Notre plaisir à la côtoyer s'érousse devant son peu d'intérêt pour tout ce qui ne relève pas du travail.

Par ailleurs, le fait de perdre le compagnon de conversation habituel avec qui on partageait ses pauses à discuter de son mécontentement au travail peut amener une prise de conscience du plaisir qu'on éprouvait à ces petits échanges anodins. Cette perte liée à l'arrêt de la relation (le compagnon a changé d'emploi) ou à sa transformation (il a changé d'équipe et s'efforce de manifester un intérêt pour ses nouveaux collègues) met en évidence le plaisir que cachait la situation plus globale de mécontentement. Dans ce genre de situation, le plaisir est parfois occulté par des déplaisirs liés au contexte plus large ou par la monotonie engendrée par la répétition des mêmes situations et des mêmes réponses. L'attention que l'on porte au plaisir d'être en relation avec telle ou telle personne est alors voilée. On prend conscience qu'elle était présente lorsqu'elle disparaît ou que la situation change.

Le plaisir n'est ainsi jamais absolu ou permanent. Il reste toujours un élément de la relation qui pourrait être amélioré. Une fois atteint, le plaisir ne se maintient pas nécessairement de lui-même. Au contraire, l'habitude aidant, son intensité peut faiblir. Aussi, le plaisir est parfois plus difficile à cerner dans nos relations quotidiennes habituelles. Dans ces situations, le plaisir est souvent tenu pour acquis et on s'attarde plutôt aux désagréments du moment qui se surimposent sur le plaisir de la relation. Si on essaie de comprendre comment s'établissent ses propres relations de plaisir, on a parfois l'impression que les choses se sont faites d'elles-mêmes, à notre insu. On ne sait pas comment on a contribué à les construire.

De même, mais à l'inverse, le plaisir, lorsqu'il est inhabituel, supplante les déplaisirs chroniques liés à une situation. Un plaisir inattendu attire l'attention. Par exemple, on porte plus facilement attention à une situation qui a étonnamment bien tourné qu'à une relation stable et plaisante. Par exemple, on remarquera le plaisir qu'on a à argumenter de manière imprévue avec tel ou tel partenaire. On remarquera le plaisir de câliner l'autre plus longtemps ou de manière inhabituelle ; ou, encore, on sera surpris du plaisir éprouvé à provoquer, à expliquer, à partager nos soupçons, etc., alors que ce n'est pas notre mode habituel de relation.

Aussi, même si de prime abord on pourrait croire qu'il est facile d'identifier et de reconnaître les situations de plaisir en relation, ce n'est pas si simple. Il est parfois difficile de percevoir le plaisir, parce qu'il est imbriqué dans le tissu même de nos relations et parce qu'il est généralement mêlé à d'autres émotions et sensations. Le plaisir ne se présente pas sur un mode binaire, noir ou blanc. Ce n'est pas aussi simple qu'« en avoir ou pas ». Le plaisir est plus diffus. Aussi, reconnaître sa présence, percevoir les indices et identifier précisément les manières d'être et d'agir qui l'alimentent n'est pas toujours aussi facile qu'il n'y paraît. La question qui se pose est donc : « Comment identifier les différents plaisirs associés aux différentes manières d'être en relation ? »

## Facile d'avoir *du plaisir en relation ?*

---

Si le plaisir nous indique la voie à suivre, pourquoi ne la suivons-nous pas systématiquement ? Pourquoi n'est-ce pas facile et évident ?

Une des difficultés provient du fait que le plaisir est associé à tout ce qui fait du bien. Mais en quoi est-ce donc un problème ? C'est que plusieurs plaisirs parfois contradictoires se concurrencent simultanément. Outre le fait que le plaisir n'est pas isolé des autres sensations, pensées et émotions qui nous habitent, il ne se présente pas non plus en un bloc univoque, monolithique que l'on accepte ou refuse. Plusieurs plaisirs différents, parfois contradictoires, peuvent coexister, être plus ou moins diffus et se mélanger à d'autres plaisirs, sensations et réactions émotives. Ainsi, une idée peut à la fois plaire et déplaire, et sa réalisation rendre mal à l'aise. Une simple soirée entre amis peut susciter des réactions et des plaisirs contradictoires. Un souper romantique préparé par notre partenaire peut faire plaisir, mais nous priver d'une soirée avec des amis. La réalisation de chacun de ces choix pourra être ternie par le déplaisir de rater l'autre possibilité.

Comment choisir ? Comment distinguer entre les plaisirs recherchés ? Comment choisir entre le plaisir de persévérer et celui de faire alliance ? Comment choisir entre le désir de maintenir de bonnes relations au bureau et le plaisir de critiquer le travail d'un collègue antipathique ? Comment choisir entre le plaisir de ses habitudes et celui qui pourrait être associé à de nouvelles manières d'interagir avec son entourage ? Pas toujours facile.

De plus, suivre son plaisir demande parfois un effort paradoxal. Le plaisir n'apparaît pas toujours sur un plateau d'argent. Il demande parfois de la concentration et de la volonté. Cela ne se fait pas spontanément ni sans effort. Chercher à renforcer son plaisir conduit à prendre des risques par rapport au plaisir qu'offre

déjà la relation. Inversement, on peut s'efforcer de supporter un déplaisir immédiat pour viser un plaisir à long terme. C'est souvent le cas pour le pianiste qui fait ses gammes ou pour la sportive de haut niveau qui s'entraîne tous les jours. Leur plaisir n'est pas toujours un plaisir immédiat.

## Le plaisir comme *un détecteur d'occasions*

---

Notre intention est de contribuer à une meilleure compréhension des différentes manières d'avoir du plaisir en relation avec les autres et, ce faisant, de participer indirectement à une certaine réhabilitation du plaisir.

Nous proposons un modèle visant à donner un sens à nos manières d'interagir en portant attention au plaisir et en l'utilisant pour guide. Ce modèle cherche à rendre compte des différents types de plaisirs possibles, en fonction des caractéristiques et de la situation relationnelle qui leur permettent d'émerger. Il vise à favoriser l'utilisation du plaisir pour identifier des pistes de bonification ou de transformation de nos manières d'être en relation dans diverses situations. Ce modèle est une proposition d'organisation des différentes tactiques et stratégies de plaisir possibles selon la situation. Il présente une typologie des manières d'avoir du plaisir en fonction du désir des personnes d'entrer en relation dans un contexte donné.

Le plaisir est conçu ici comme un instrument d'action sur nos relations interpersonnelles. Nous examinons les différentes possibilités d'action pour augmenter notre plaisir à être en relation dans telle ou telle situation. Toujours, notre attention se concentre sur la relation que chacun entretient avec les autres. Ce qui nous préoccupe, c'est de mieux cerner la façon dont chaque personne peut avoir du plaisir dans ses relations et dont elle peut favoriser, dans ce but, la transformation de ses manières d'être en relation. Notre défi est de faire voir le plaisir intrinsèque à différents types de situations relationnelles afin que chacun en dégage les pistes d'action qui lui semblent pertinentes.

Rappelons que notre point de départ est que le plaisir s'inscrit dans nos relations. Et que, même si le plaisir est quelque chose de fondamentalement individuel qui est intimement ressenti, il reste, sur le plan interpersonnel, lié à nos manières d'être en relation puisque, sans relations, le plaisir n'existerait pas. Nous

concevons le plaisir comme un outil qui oriente nos actions en relation, lesquelles actions affectent à leur tour les plaisirs possibles. Dans cette boucle, la transformation de l'un des partenaires, c'est-à-dire tout changement du plaisir ressenti ou de ses manières d'être en relation, se répercute chez l'autre.

Contrairement aux connotations qui affligent trop souvent la notion de plaisir, telles que la légèreté, la luxure, la superficialité, l'égoïsme, etc., nous développons ici l'idée que le plaisir participe à la construction d'une niche relationnelle qui relie les partenaires. C'est-à-dire que le plaisir consolide les manières d'être de chacun. L'apparition du plaisir renforce mutuellement les partenaires et les encourage à maintenir des manières d'interagir qui se complètent et se soutiennent.

Bref, notre objectif est de présenter une vision du plaisir qui se greffe aux manières d'être en relation de la personne. Nous croyons qu'une telle vision du plaisir permet de prendre appui sur les points forts et les qualités de chacun plutôt que sur les points faibles. Il s'agit d'un choix, et même d'un choix plus difficile qu'il n'y paraît. En effet, outre la morale épicurienne, qui fait du plaisir le bien et de la douleur le mal, ou de la philosophie hédoniste, qui fait de la recherche des plaisirs la voie royale du bonheur, il est plus courant de trouver des ouvrages proposant des pistes pour composer avec ses limites ou avec des situations problématiques. Plutôt que se centrer sur le mal-être avec les autres, sur ce qui fait défaut dans l'interaction, sur ce qui doit être modifié dans la relation, le plaisir permet de bâtir sur ce qui est là ou potentiellement présent. Plutôt que de chercher à faire disparaître le malaise, le plaisir permet de suivre l'excitation et de poursuivre sur les voies déjà ouvertes. Il se présente comme un détecteur d'occasions. Il dirige vers ce qui va bien dans la relation et vers ce qui peut la consolider. C'est dans cet esprit que nous proposons une typologie des plaisirs en relation. En pratique, cette typologie permet d'identifier les plaisirs offerts par la situation et d'explorer de nouvelles manières d'être en relation. On ne trouvera pas ici de point de vue moral sur la bienséance de tel ou tel type de plaisir ni non plus d'évaluation de la pertinence sociale des plaisirs possibles.

## Le désir et le plaisir *orientent l'action*

---

Le plaisir peut être éphémère, durable, nuancé, brut, subtil, mature, etc. Il peut prendre toute la place et rayonner, ou se faire discret, comme en sourdine, tels le plaisir d'écouter un être cher ou celui sous-jacent à une colère (celui qui fait dire que, dans le fond, ça fait du bien). Les occasions de plaisir sont tout aussi variées : un échange d'idées, la proximité d'un être cher, un événement inattendu, une sensation physique, etc. Ainsi, l'étendue des plaisirs est grande, quasi infinie. De plus, cette diversité des plaisirs possibles est elle-même décuplée par l'infinie variété des nuances d'émotions qui affectent les relations humaines.

Pour voir un peu plus clair et mieux identifier les différents types de plaisirs en relation, nous avons, en premier lieu, tenté de définir simplement différentes catégories de situations relationnelles. Nous nous sommes appuyés sur l'idée que le plaisir en relation s'amalgame au désir d'établir, de maintenir ou de transformer la relation, sur l'idée que plaisir et désir vont de pair dans la mesure où le désir suscite la recherche du plaisir. Le plaisir rend la relation attirante et l'attrance suscite à son tour le plaisir à être en relation. Ensemble, ils se nourrissent mutuellement. Le plaisir à être en relation, même s'il n'est que potentiellement présent, alimente le désir d'augmenter ou de réduire la fréquence, l'intensité ou l'intimité des échanges. Ainsi, dans une situation donnée, on ressentira assez clairement, même si on ne sait pas toujours pourquoi, l'envie de cesser ou de poursuivre la relation. Ce désir est parfois même assez impératif. Il constitue une donnée affective, d'attrance ou de répulsion, avec laquelle chacun est forcé de composer dans ses relations avec l'autre. On ne choisit pas d'avoir envie ou non de poursuivre une relation, d'aimer ou ne pas aimer la relation. On choisit de rester ou de partir en fonction des fluctuations de ce désir d'être en relation.

Toutefois, le plaisir à être en relation n'est pas nécessairement éprouvé à tout moment par les deux partenaires ou entre un individu et un groupe. Ni le plaisir ni le désir d'être en relation ne sont automatiquement partagés par les partenaires. Le plaisir de l'un n'implique pas nécessairement le plaisir de l'autre. En effet, l'autre peut ne pas éprouver autant de plaisir que soi dans la relation et ne pas désirer maintenir ou intensifier celle-ci. Ainsi, si l'un se plaît à dénigrer sa partenaire, il n'est pas certain que cette dernière y prenne plaisir et qu'elle désire faire perdurer cette relation. Nous avons aussi retenu l'aspect partagé, ou non, du désir d'être en relation pour distinguer deux classes de situations relationnelles au sein desquelles se développe le plaisir : celle où le plaisir est partagé et celle où le plaisir n'est pas partagé par les partenaires.

En croisant le désir et le non-désir d'être en relation ressentis par soi et par l'autre, nous pouvons définir quatre types de situations relationnelles. Toutefois, on ne peut pas avoir directement accès au désir de l'autre, on ne peut pas ressentir ce que l'autre ressent. On ne peut que l'estimer à partir de différents indices verbaux et non verbaux : mots aimables, sourires, touchers, etc., qui semblent indiquer chez l'autre un intérêt pour la relation. Compte tenu de cet état de fait, la typologie proposée s'appuie sur la perception du désir de l'autre. Ainsi, en pratique, on s'appuie sur le désir ressenti et sur sa propre perception du désir de l'autre d'être en relation. Leur croisement permet d'identifier quatre situations relationnelles (voir le tableau 1).

**Tableau 1** Les situations relationnelles selon le désir de l'un et de l'autre

Désir d'établir ou de maintenir la relation		Désir ressenti chez soi	
		NON	OUI
Désir perçu chez l'autre	OUI	<b>Situation 4</b> On ne souhaite pas être en relation avec une personne chez qui on perçoit un désir à être en relation.	<b>Situation 1</b> On souhaite être en relation avec une personne chez qui on perçoit un désir à être en relation.
	NON	<b>Situation 3</b> On ne souhaite pas être en relation avec une personne chez qui on perçoit un refus de la relation.	<b>Situation 2</b> On souhaite être en relation avec une personne chez qui on perçoit un refus de la relation.

Ce croisement de son propre désir d'être ou non en relation et de celui perçu chez l'autre permet d'aborder assez simplement la complexité des différents types de relations. La première situation (1) est celle où le désir d'être en relation est perçu comme mutuel. Dans cette situation, on souhaite s'investir dans la relation et on croit que l'autre le veut aussi. Pour l'illustrer, pensons à une discussion entre des amateurs de sports qui prennent plaisir à commenter le dernier match, ou entre des parents qui prennent plaisir à parler de l'éducation de leurs enfants. Ces discussions sont des exemples simples de ce genre de situations où chacun croit que l'autre désire aussi maintenir et alimenter la relation et où chacun envoie à l'autre des signaux en ce sens. Cette première situation s'oppose à la situation (3) où on ne souhaite pas être en relation et où on croit que l'autre ne le désire pas non plus. Imaginons, par exemple, une rencontre opposant des partisans de la liberté de choix et des militants pro-vie<sup>1</sup> ou entre membres de partis politiques opposés. De leur côté, les situations 2 et 4 correspondent à des situations où le désir d'entrer en relation ou de maintenir la relation semble à sens unique. Autrement dit, dans l'une de ces situations, on désire être en relation avec l'autre, mais on croit que l'autre ne le souhaite pas. Imaginons, par exemple, un appel téléphonique pour un sondage chez quelqu'un qui n'aime pas être sollicité de la sorte. L'appelant désire minimalement établir une relation « d'affaires », alors qu'il perçoit que la personne au bout du fil ne le veut pas. À l'inverse, l'autre situation est celle où on ne désire pas être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre le désire. On croit que l'autre souhaite établir, maintenir ou transformer une relation dont on ne veut pas. La personne qui, dans l'exemple précédent, refuse de répondre au sondage illustre cette situation.

La situation 1 est intuitivement et facilement associée au plaisir d'être en relation (le désir d'être en relation y est partagé par les partenaires). On souhaite s'investir et on interprète les apports de l'autre comme autant d'indices indiquant qu'il désire aussi s'investir dans la relation. Un échange s'installe et le plaisir d'être en relation est spontanément partagé. À l'opposé, il peut sembler moins évident de prendre plaisir à une relation du type de la situation 3 où le désir d'être en relation n'est présent chez aucun des partenaires. En effet, comment prendre plaisir à une relation que ni soi ni l'autre ne désirent ? Où pourraient résider son plaisir et celui de l'autre ? Entre ces deux situations opposées, il y a les deux situations possibles où l'un désire établir, maintenir ou transformer la relation et l'autre pas (situations 2 et 4). Ici encore, quel plaisir y trouver ? Quel plaisir peut animer une personne qui cherche à établir une relation avec quelqu'un qu'elle perçoit comme n'étant pas intéressé ? Ou, encore, quel plaisir peut-on trouver dans une situation où on ne souhaite pas être en relation avec l'autre ?

---

1. Mouvement qui milite pour le droit à la vie du fœtus et contre l'avortement.

Pour tenter de répondre à ces questions, nous nous sommes efforcés d'adopter le point de vue subjectif et personnel de la personne qui se trouve dans l'une ou l'autre des quatre situations. Dans un esprit d'empathie, nous nous sommes employés à identifier les premières interventions spontanées qui offrent un certain plaisir dans chacune de ces situations. Nous avons cherché à déceler les interventions qui suscitent « ce petit sourire intérieur » ou « cette petite satisfaction secrète » qui fait qu'une personne persévère dans un comportement ou une attitude donnés. Ensuite, nous avons voulu définir les actions qui s'inscrivent dans la suite des premiers plaisirs, c'est-à-dire les actions volontairement entreprises à la suite des premières interventions spontanées. Nous avons tenté de dégager des pistes de plaisir à partir d'exemples de la vie quotidienne. Pour chaque situation, nous avons pris appui sur certaines expériences concrètes, vécues par diverses personnes. Cette démarche a permis d'élaborer une grille que nous croyons utilisable dans les relations quotidiennes, parce qu'elle est construite à partir d'indices tirés de son propre ressenti et de sa perception du désir de l'autre. Pour illustrer les plaisirs de la situation 2, nous avons, par exemple, adopté le point de vue d'un vendeur qui doit faire face à un client récalcitrant ou encore celui d'un responsable de projet qui est en présence d'une équipe hésitante.

Évidemment, la catégorisation proposée des situations relationnelles est liée au contexte temporel et culturel dans lequel l'interaction prend place. Une situation relationnelle ne peut être catégorisée qu'en fonction d'une interaction donnée, à un moment donné. Elle ne peut pas être généralisée à l'ensemble des multiples situations associées à la relation avec le ou les partenaires. Une relation interpersonnelle ne se résume pas à une situation. Ainsi, chacun peut vivre à différents moments et dans différents contextes des situations de type 1, 2, 3 ou 4 avec les mêmes partenaires.

Le désir ou non-désir respectif des partenaires à la base de la typologie est toujours lié au contexte de la relation telle qu'elle se déroule ici et maintenant. Le désir d'interagir avec l'autre dure le temps que dure le contexte qui l'a suscitée. Ainsi, le plaisir de discuter avec un collègue durant la pause de ses dernières aventures et le désir de perpétuer l'échange n'est pas indépendant du contexte de la pause. Si le même échange se prolonge au-delà de la durée prévue pour la pause, alors qu'on se sait attendu par des collègues en réunion, dans ce cas, le désir de perpétuer l'échange pourrait s'émousser considérablement. Si le contexte change, la situation relationnelle peut être modifiée.

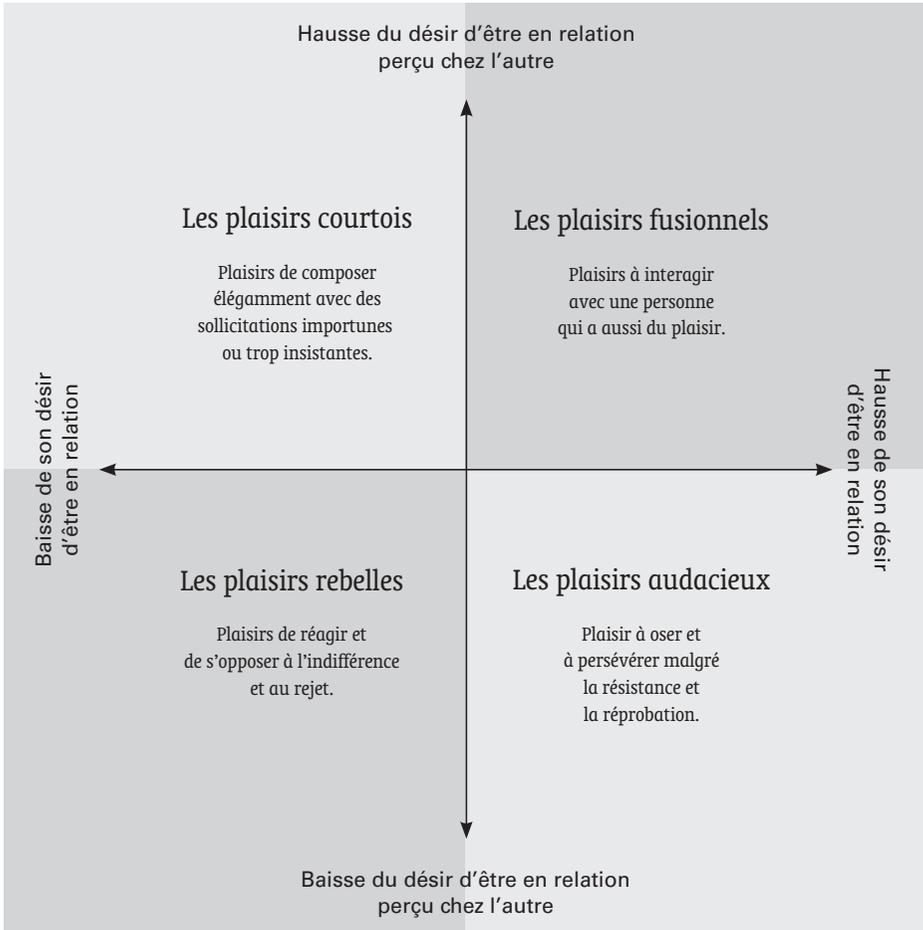
## Les principaux types *de plaisirs en relation*

---

La simplicité des quatre situations définies par le croisement du désir ressenti chez soi et du désir perçu chez l'autre ne permet toutefois pas de rendre compte des nuances d'intensité et des fluctuations des diverses situations possibles. En effet, comme chacun peut l'expérimenter, le désir d'établir, de maintenir ou de transformer une relation n'est pas quelque chose d'immuable. Au contraire, le désir et la volonté de s'investir varient selon le moment, selon les propos tenus ou selon les activités en cours. Aussi, pour prendre en compte cet aspect dynamique des réactions affectives, nous avons reformulé le tableau 1 de manière à croiser non pas des « états » de désir ou de non-désir, les « Oui » et « Non » du tableau 1, mais plutôt des mouvements à la hausse ou à la baisse du désir des uns et des autres.

Pour ce faire, nous avons repris le tableau 1 et représenté à l'aide de deux axes la hausse et la baisse de son propre désir d'être en relation et du désir perçu chez l'autre, chacun de ces axes correspondant à un continuum des variations des désirs ressentis et perçus. Sur le plan global, le croisement de ces deux axes recrée les quatre situations du tableau 1 et permet de cerner quatre principaux types de plaisirs: les plaisirs fusionnels, les plaisirs audacieux, les plaisirs rebelles et les plaisirs courtois. Les *plaisirs fusionnels* correspondent aux plaisirs associés à une interaction désirée avec une personne qui est perçue comme ayant elle aussi du plaisir à interagir. Les *plaisirs audacieux* correspondent aux plaisirs d'oser et de persévérer malgré la résistance et la réprobation rencontrées. Les *plaisirs rebelles* correspondent aux plaisirs de réagir et de s'opposer à l'indifférence et au rejet. Il s'agit, par exemple, du plaisir qu'il peut y avoir à aller à l'encontre d'interventions qu'on perçoit erronées ou mesquines. Finalement, les *plaisirs courtois* correspondent aux plaisirs de composer avec élégance avec des sollicitations importunes ou trop insistantes (voir la figure 1).

Figure 1 Les grands axes et types de plaisirs en relation



Le quadrant des *plaisirs fusionnels* de la figure 1 correspond à la situation où tant son propre désir d'être en relation que le désir perçu chez l'autre sont à la hausse. Les plaisirs sont ici associés à une relation au sein de laquelle on interagit facilement, où tout va très bien, où tout coule de source pour soi et où on croit qu'il en est de même pour son ou sa partenaire. Ces plaisirs sont ceux de moments où les manières d'être de chacun semblent s'harmoniser et où tout se déroule sans que l'un ou l'autre ait à se soucier de la relation. C'est, par exemple, le plaisir d'une soirée où on ne voit pas le temps passer ou celui d'une réunion où les échanges s'enchaînent de manière constructive. C'est le plaisir de se sentir de plus en plus en confiance et à l'aise avec l'autre. Il survient spontanément lorsqu'on noue ou renoue une relation avec une personne dont la manière d'être nous attire et chez qui on perçoit des indices semblant indiquer qu'il y a réciprocité. Bref, on

est attiré par l'autre, et on pense que l'autre est attiré par nous. Aussi, nous appelons ce premier quadrant le quadrant des *plaisirs fusionnels* parce que dans cette situation le plaisir de base est de faire un avec l'autre. Toutefois, cette appellation comme toutes celles attribuées aux différents types de plaisirs identifiés ne vise qu'à évoquer et à illustrer la nature des plaisirs associés à ce type de situations relationnelles. D'autres appellations seraient possibles. Ces plaisirs pourraient aussi être désignés par les appellations de plaisirs coopératifs, collaboratifs, ou encore plaisirs de la rencontre, de la réunion, de l'acceptation mutuelle ou même plaisirs de l'amour.

Le quadrant diagonalement opposé dans la figure 1, celui des *plaisirs rebelles*, correspond à la situation 3 où le désir d'établir, de maintenir et, *a fortiori*, de transformer la relation est à la baisse chez les deux partenaires. Avoir du plaisir peut, dans cette situation, sembler moins évident, plus difficile et paradoxal, car ce qui fait plaisir ici est ce qui permet de ne pas établir ou de ne pas maintenir une relation qu'on juge néfaste. Intuitivement, il peut sembler plus difficile d'associer au plaisir cette situation qui est à l'opposé de la situation idyllique des *plaisirs fusionnels* de la situation 1. On peut être amené à penser qu'avoir du plaisir avec l'autre est un défi quasi insurmontable, voire impossible. Pourtant, à y regarder de plus près, cette situation recèle aussi sa part de plaisir. Par exemple, la personne qui réussit à faire perdre la face à celui qui la dénigre éprouvera une certaine forme de contentement. De même, celle qui cherche et réussit à ébranler le refus de l'autre éprouvera un plaisir semblable. Le plaisir vient ici avec tout ce qui permet de se dégager de cette relation non souhaitée. Il vient, par exemple, avec des interventions qui permettent de se rebeller face à des conduites inacceptables. Ce type de situation devient ainsi propice au plaisir de prendre position, de s'affirmer, de critiquer et de s'opposer. Bref, le plaisir est associé aux interventions visant à se différencier de cet autre non désiré, à dire ce qu'on a sur le cœur ou à dénigrer l'autre. À l'extrême, le plaisir est de rompre la relation alors perçue comme stérile ou même malsaine, ou de chercher à détruire ce qui chez l'autre est menaçant pour soi. C'est le plaisir d'agir pour « sauver sa peau », celui de s'extraire d'une relation qui épuise et qui draine toutes les énergies. Tous ces plaisirs font partie de ce que nous nommons les *plaisirs rebelles*. Ces plaisirs pourraient aussi être désignés sous les appellations de plaisirs de l'affirmation, plaisirs de la différenciation, ou encore plaisir de s'opposer à l'autre ou de le critiquer. Il s'agit en somme d'une constellation de plaisirs qui pourrait être désignée par un terme ou l'autre. Mais, toujours, le plaisir est associé à ce qui permet de composer avec une relation où le refus d'entrer en relation est ressenti et perçu comme réciproque.

Le quadrant des *plaisirs audacieux* correspond à la situation 2 où l'on cherche à établir ou à transformer une relation avec quelqu'un qu'on perçoit comme ne souhaitant pas cette relation. Le plaisir prend ici sa source dans l'effort déployé pour susciter le désir de l'autre. L'autre devient un prétexte, une occasion de relever

un défi. Le plaisir réside dans la joie de relever le gant. Il est fait de rêves et d'espoir de réussite. Il est sous-jacent à la poursuite d'un objectif. C'est, par exemple, le plaisir de chercher à rallier quelqu'un à ses idées, le plaisir de tenter d'annihiler la résistance de l'autre, de transformer une rencontre de prime abord stressante ou exigeante en une occasion de rapprochement. C'est le plaisir d'oser tenter de l'emporter sur la situation, malgré l'autre. Le plaisir vient avec les tentatives de prendre la situation en main, avec l'effort de s'obstiner à modifier le cours des événements. Ce n'est pas facile, mais on aime ça. Le plaisir devient lié au fait de s'investir pleinement dans l'établissement, le maintien ou la transformation de la relation.

Si nous avons retenu l'expression *plaisirs audacieux* pour désigner ce type de plaisirs, c'est parce qu'il est associé à des interventions où l'on fait preuve d'une certaine audace en osant aller vers l'autre malgré le peu d'intérêt perçu chez lui ou chez elle. Ces plaisirs pourraient aussi être désignés par les appellations de plaisirs de la conquête, de la séduction ou plaisir de relever le défi posé par la situation. Au-delà des appellations possibles, le plaisir dont il est question ici est lié à l'implication et à l'engagement de celui ou celle qui désire la relation malgré les signes d'hésitation ou de refus émis par l'autre.

Finalement, le quatrième quadrant, celui des *plaisirs courtois*, correspond à la situation inverse des *plaisirs audacieux*. Il s'agit des plaisirs associés aux situations où on suppose que l'autre aimerait bien établir, maintenir ou transformer une relation, alors qu'on ne le souhaite pas soi-même. Conséquemment, il s'agit plutôt de relations commandées par le contexte où on est obligé, pour une raison ou pour une autre, d'être en interaction avec l'autre. Quelque chose d'extérieur à la relation en force le maintien. On ne veut pas vexer le partenaire parce que, par exemple, cela pourrait nuire à son avancement ou déplaire à son conjoint. Agir conformément à son ressenti, lequel porterait plutôt à s'éloigner, peut s'avérer difficile dans la mesure où cela comporte parfois des pertes sur d'autres plans. Le maintien de l'interaction est en quelque sorte forcé par le contexte et par les retombées négatives qu'un refus explicite d'entrer en relation pourrait entraîner. Aussi, les interventions qui permettent de gérer la situation, sans s'impliquer ni la nourrir, favorisent l'émergence d'un certain plaisir à être en relation avec l'autre. Pourquoi qualifier ces plaisirs de *plaisirs courtois*? Parce que les bonnes manières, faites de tact et de civisme, peuvent permettre de ne pas s'investir, voire de fuir la situation avec élégance, sans briser la relation. Elles deviennent source de satisfaction et de plaisir dans la mesure où elles réussissent à canaliser l'ensemble des pulsions contradictoires qu'éprouve la personne. La personne qui se croit tenue de supporter la situation peut alors interagir avec l'autre sans créer de malaise ni d'animosité, de façon à pouvoir recroiser cette personne sans anticiper de tensions. Ces bonnes manières permettent de laisser « la porte ouverte ». C'est, par exemple, le plaisir d'une conversation polie et sans suite lors d'un cinq-à-sept. Ou, encore, le plaisir ressenti

lorsqu'on réussit à se dégager avec tact d'une relation avec un ou une collègue qu'on estime peu, au cours d'une réunion par exemple. Dans ces situations, le plaisir provient des interventions qui permettent de maintenir minimalement la relation sans s'impliquer. Toutefois, comme pour les autres types de plaisirs, l'appellation de *plaisirs courtois* choisie pour ces plaisirs aurait pu être tout autre. Des expressions comme les plaisirs de la diplomatie, de l'évitement ou de la fuite reflètent aussi en partie ces plaisirs. L'important, ici comme ailleurs, n'est pas l'appellation retenue, mais la nature de ces plaisirs faits d'un mélange paradoxal de distance et de contact interpersonnels.

En résumé, notre réflexion nous a conduits à définir en premier lieu deux axes correspondant au désir d'être en relation, celui ressenti chez soi et celui perçu chez l'autre. Ces axes ont été conçus comme des continuums de variations à la hausse ou à la baisse de ce désir afin de rendre compte de l'aspect fluctuant du désir. Le croisement de ces deux axes (ou continuums) nous a ensuite permis de circonscrire quatre types de situations relationnelles. Pour chacune de ces situations, nous avons identifié des plaisirs liés aux interactions propres à ces situations. Ces plaisirs ont été qualifiés de plaisirs fusionnels, audacieux, rebelles et courtois.

Toutefois, le modèle développé jusqu'ici laisse à penser que les interventions associées aux plaisirs propres aux différentes situations relationnelles apparaissent spontanément et sans effort. Pourtant, dans certaines situations, avoir du plaisir n'est pas toujours évident. Par exemple, une personne obligée de travailler avec un collègue qui lui est fortement antipathique n'éprouvera vraisemblablement pas spontanément de plaisir à entrer en relation avec lui. Quel plaisir pourrait-elle avoir ? Comment pourrait-elle avoir du plaisir ?



## Les tactiques et les stratégies *de plaisir en relation*

---

La réponse de l'autre n'est évidemment pas toujours compatible avec nos interventions. Par exemple, l'autre peut répondre à des salutations chaleureuses par un commentaire négatif sur leur formulation. L'un dit: « *Bonjour, content de te voir, comment vas-tu ?* », tandis que l'autre lui répond: « *Depuis quand nous tutoyons-nous ?* » Le *plaisir fusionnel* n'est alors vraisemblablement pas au rendez-vous. L'intervention spontanée de salutations et d'accueil n'a pas conduit vers plus de plaisir.

Dans ces situations, où les interventions spontanées ne sont pas source de plaisir, le plaisir potentiellement présent dans la relation est plutôt lié à un effort pour réagir différemment, fourni par au moins l'un des partenaires. L'émergence du plaisir est alors associée à des gestes conscients et volontaires, qui visent explicitement à avoir du plaisir en relation avec l'autre malgré l'autre. Par exemple, imaginons qu'on est obligé de travailler avec quelqu'un qu'on trouve antipathique. On pourrait s'efforcer de tirer le meilleur parti de la situation et d'y prendre plaisir. Ainsi, on pourrait éprouver un certain contentement à trouver le ton juste, distant et poli, pour maintenir la relation dans les limites du supportable, tout en limitant l'intensification de cette relation non souhaitée. Le plaisir est ici lié à l'effort fait pour contenir la relation à l'intérieur des bornes voulues. Nos efforts alimenteront notre « *sourire intérieur* ».

En prenant en compte cette distinction entre les comportements spontanés et volontaires, nous pouvons identifier pour chacune des quatre situations relationnelles ce que nous appellerons des tactiques spontanées et des stratégies volontaires de recherche du plaisir en relation. Les tactiques de plaisir en relation renvoient aux interventions faites spontanément et sur le moment pour susciter le plaisir. Plus formellement, une tactique de plaisir correspond à un schème de réponse

spontané et récurrent dans certains types de situations. La récurrence du schème de réponse et sa répétition lors de situations semblables sont liées au plaisir intrinsèque qu'elles procurent. Autrement dit, il s'agit des manières habituelles, quasi automatiques et inconscientes, de rechercher le plaisir en relation. On pense ici aux comportements spontanés, quasi impulsifs, associés au plaisir d'être en relation et adoptés relativement sans effort dans des situations semblables. Ils surgissent selon le type de situations relationnelles auxquelles on est confronté et ils permettent, avec très peu d'effort, de maintenir la relation et le plaisir qui y est associé. Par exemple, en situation de compétition, certains réagiront spontanément en tentant de relever le défi et de « résoudre » le problème posé par cette compétition avec l'autre. D'autres réagiront en faisant des blagues, en se situant hors compétition. D'autres encore la refuseront ou en critiqueront la légitimité, etc. Pour chacun, ces différentes tactiques spontanées seront source de ce petit « sourire intérieur » associé au plaisir en relation.

Les stratégies de plaisir en relation correspondent quant à elles à des comportements volontaires qui visent à orienter la transformation de la relation dans le sens voulu. Il s'agit d'interventions qui demandent un effort et qui visent l'augmentation du plaisir à être en relation. Ces stratégies sont mises en œuvre à la suite d'un choix conscient dans le but de tirer un plus grand plaisir d'une situation donnée. Elles visent intentionnellement à modifier des situations qui sont jugées comme n'étant pas pleinement satisfaisantes. Le plaisir réside dans l'effort fourni pour atteindre un objectif plus lointain que celui plus immédiat des tactiques. Avec les tactiques, l'objectif est le plaisir d'interagir ici et maintenant. Avec les stratégies, le plaisir réside dans les gestes accomplis pour transformer le futur.

Partant de cet objectif de transformation, les plaisirs associés aux stratégies possèdent une part d'incertitude subordonnée à la réaction de l'autre. Avec les stratégies de plaisir, la mise en œuvre de la recherche du plaisir implique un élément de risque. En effet, rien ne garantit que l'autre réagira favorablement à ces tentatives. L'effort et l'incertitude vont de pair. Par exemple, les efforts conscients et volontaires qu'on fait pour se présenter sous son meilleur jour lors d'une nouvelle rencontre ou lors d'une entrevue d'embauche vont de pair avec l'incertitude quant aux réactions de l'autre. Composant avec son désir de transformer la relation (être embauché) et le risque que l'autre ne réponde pas de la façon anticipée (être refusé), on prendra plaisir à choisir avec soin son habillement et les sujets à aborder, à planifier les activités, etc. De même, si on prend plaisir à insister, on pourra simultanément s'inquiéter de la réaction de l'autre. Ou encore, si on prend plaisir à faire à l'autre des reproches bien sentis, on peut en même temps craindre que cela ne conduise à une rupture de la relation. Métaphoriquement, nous pourrions dire que les stratégies de plaisir en relation se comparent au plaisir que procurent le chocolat noir, le café, le vin ou la marmelade anglaise. Leur mise en œuvre exige un apprentissage, leur attrait n'est pas nécessairement immédiat. Le plaisir qui y

est associé se développe avec le temps. Tandis que les plaisirs spontanés se comparent plutôt au plaisir de boire un verre d'eau quand on a soif ou de manger quand on a faim : la satisfaction apportée est immédiatement plaisante.

Au-delà d'un certain point, notamment lorsque le plaisir ressenti n'est pas perçu comme réciproque, les stratégies volontaires pour maintenir ou augmenter le plaisir en relation peuvent présenter un risque de rupture de la relation. Celui ou celle qui, par exemple, continue à faire preuve d'audace dans ses interventions afin d'établir ou de transformer une relation avec une personne qui refuse explicitement toute forme de complicité pourra faire face à un rejet ferme et explicite de ses interventions ou même à une rupture définitive de la relation. Pensons à une situation où on ferait l'effort de s'adresser à une collègue qu'on évite habituellement. On pourrait simultanément craindre d'être entraîné dans une direction qu'on préférerait éviter. Avec le temps, certaines stratégies de plaisir visant la transformation de la relation peuvent ainsi parfois donner l'impression de s'approcher d'un point de non-retour.

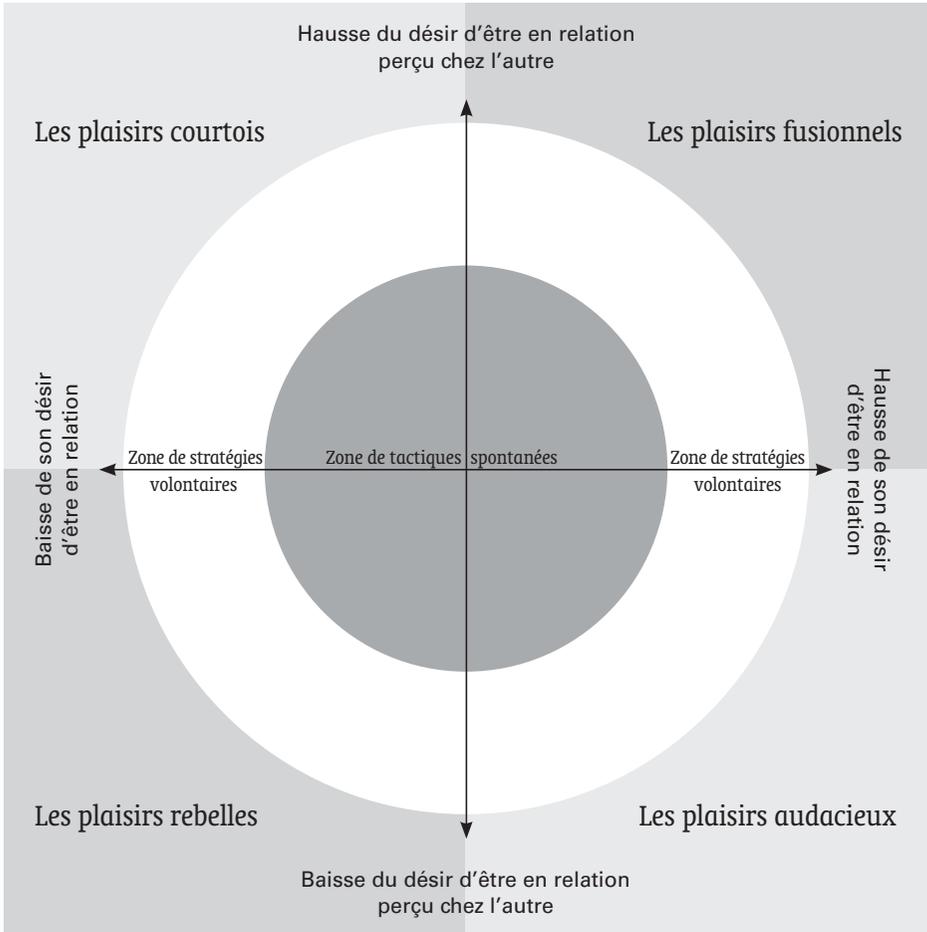
Comme on vient de le voir, les types de plaisirs associés à chaque situation relationnelle se précisent et se nuancent lorsqu'on prend en considération à la fois l'aspect spontané et relativement sans effort des tactiques de plaisir, et l'aspect volontaire lié à l'effort propre aux stratégies de plaisir. Par exemple, le plaisir de réussir à éviter certains sujets de conversation avec telle ou telle personne est lié à des comportements volontaires. De même, le plaisir de conserver une attitude donnée (gentille, ferme ou autre) face à l'autre dans le but d'atteindre un objectif est lié à un ensemble de comportements ni spontanés ni sans effort. Il s'agit là de plaisirs issus de comportements complexes qui résultent d'un effort intentionnel.

En juxtaposant cette distinction entre les tactiques spontanées et les stratégies volontaires, on obtient différentes « zones » du plaisir au sein de chacun des quatre différents types de plaisirs (voir la figure 2).

Au centre des quatre quadrants s'inscrivent les tactiques de plaisir. On porte généralement peu attention à ces tactiques, car elles exigent peu de maîtrise de soi, contrairement aux stratégies de plaisir du deuxième cercle du schéma. On est habitué à ses propres tactiques de plaisir. On ne les voit plus, on réagit spontanément de telle ou telle façon sans même s'en apercevoir. On en prend parfois conscience lorsque d'autres personnes nous font des remarques sur le plaisir qu'on semble manifester lorsqu'on se comporte de telle ou telle façon avec les autres. Par exemple, on nous dira : « *Tu dois aimer te chamailler avec elle puisque tu recommandes tout le temps* » ou « *Tu dois bien prendre plaisir à convaincre puisque tu te retrouves toujours dans des postes qui t'obligent à tenter de persuader des gens.* »

Le deuxième cercle du schéma représente la dimension active et volontaire des stratégies de plaisir en relation. Ces stratégies entrent en scène dans des relations qui n'offrent pas un accès immédiat au plaisir par le moyen de ses propres tactiques spontanées habituelles. Autrement dit, on devient plus stratégique lorsque

Figure 2 Les zones du plaisir en relation



les réactions spontanées ne se trouvent plus associées au plaisir d'être en relation. Plus précisément, on devient stratégique lorsque l'autre ne répond pas de la façon souhaitée à nos tactiques de plaisir. Il s'agit en quelque sorte d'un second répertoire de manières d'interagir auquel on fait appel lorsque nos tactiques spontanées ne permettent pas de trouver le plaisir recherché.

La recherche volontaire du plaisir n'est évidemment pas toujours nécessaire. En fait, la plupart du temps, on prend spontanément plaisir à nos relations en fonction de nos manières habituelles d'être en relation. Le choix de fournir un effort ou non semble dépendre du désir qu'on a d'établir et de maintenir la relation ainsi que de l'évaluation qu'on fait de ce même désir chez l'autre. Si nos efforts restent vains, quels plaisirs peut-on trouver dans la relation ? Quand faut-il arrêter de faire un effort ?

## Huit manières de rechercher *le plaisir en relation*

---

Chacun des quatre types de plaisirs (*plaisirs fusionnels, audacieux, rebelles et courtois*) est défini par un bouquet de tactiques et de stratégies de plaisir en relation qui lui est propre. Chaque type possède son propre répertoire de tactiques et de stratégies. La prise en compte de ces répertoires de tactiques et de stratégies distinctes permet à son tour d'identifier huit manières différentes de rechercher le plaisir en relation. À chacune de ces huit manières de maintenir ou de susciter des occasions de plaisir sont associés des comportements, des attitudes et des façons spécifiques d'aborder la situation de relation. Nous présentons ici ces différentes manières comme autant de plaisirs relationnels distincts.

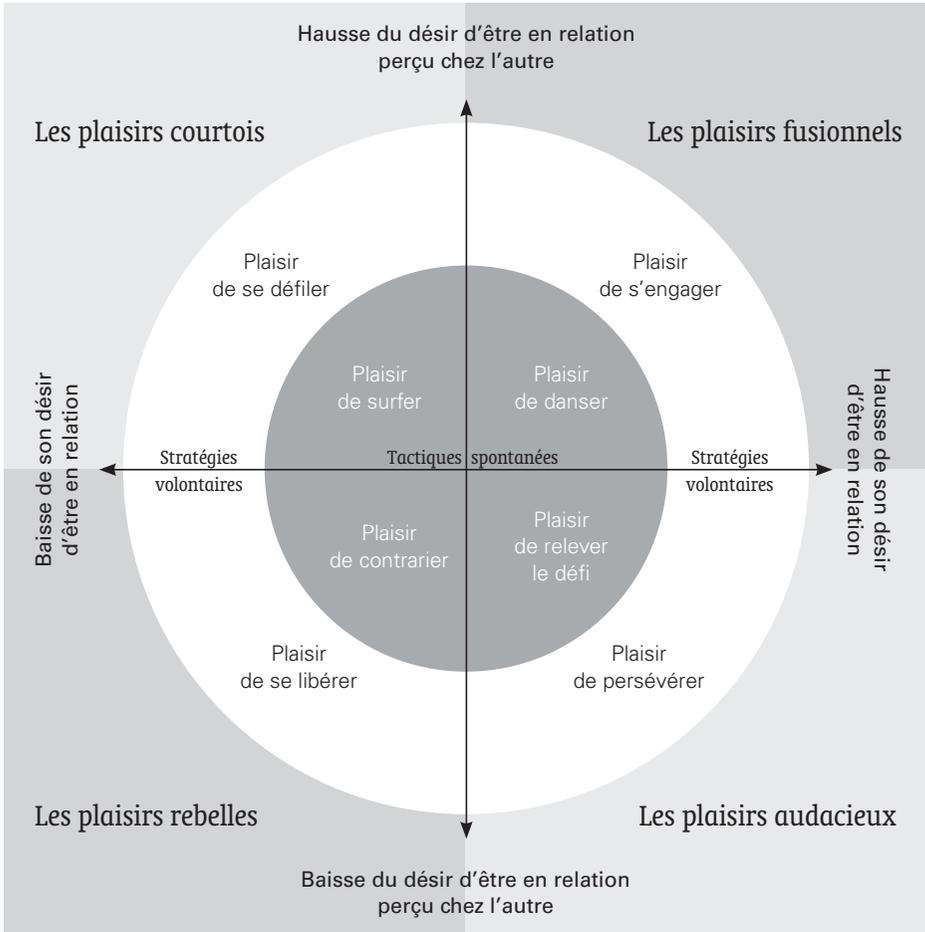
Les appellations utilisées pour désigner ces huit plaisirs visent encore ici à refléter et à illustrer ce qui apparaît comme le moteur de chacun de ces plaisirs. Ces appellations, présentées à la figure 3, ne constituent donc pas des appellations strictes ou des termes fixes et absolus. Au contraire, elles doivent être conçues comme des évocations de la nature du plaisir ressenti lorsqu'on agit de manière à établir, à maintenir ou à transformer la relation dans diverses situations relationnelles. Rappelons que l'intention première de cette typologie est de faciliter l'identification et l'exploration des plaisirs offerts par la situation. Les appellations doivent être lues comme des panneaux indicateurs vers différentes constellations de plaisirs.

### **Les plaisirs fusionnels**

---

Imaginons deux amis qui se rencontrent. L'un fait signe à l'autre. L'autre lui répond et s'approche. Ils s'invitent, s'assoient à une table. Ils discutent. Chacun ajoute son grain de sel sur le commentaire de l'autre. Ils forment un tout. Ils sont un « couple-d'amis-discutant-ensemble ». La soirée avance. Ils doivent partir. Ils se

Figure 3 Huit manières d'avoir du plaisir en relation



relacent, se fixent un prochain rendez-vous et chacun s'assure que l'autre ne l'oubliera pas. Leur plaisir est celui de dire « oui » à l'autre, de dire « oui » à quelqu'un qui répond « oui ». C'est le plaisir d'avoir l'impression d'être sur la même longueur d'onde, l'impression de faire un avec l'autre, l'impression de jouer ensemble, d'interagir selon les mêmes règles.

Cette illustration d'une situation de *plaisirs fusionnels* montre l'aspect spontané de l'émergence de ce type de plaisirs et l'engagement des partenaires qui s'ensuit. Ces plaisirs apparaissent dans des contextes où on a peu d'effort à faire pour entretenir la relation et où on croit que l'autre n'a pas non plus d'effort à faire. On parle sans se censurer, sans inquiétude, sans se poser de questions. On se sent bien avec l'autre. Les tactiques spontanées de plaisir de l'un et de l'autre se

complètent et se répondent. Ce plaisir surgit à des moments où la maîtrise de soi et l'attention portée à ses propres gestes ou paroles ainsi qu'à leur incidence sur l'autre sont minimales. Son propre bien-être et celui perçu chez le partenaire sont faits d'un certain abandon spontané et réciproque. C'est la joie d'avoir l'impression de danser avec l'autre. Ensuite vient le désir d'aller plus loin dans la complicité, l'intimité et la proximité dans la relation, de maintenir la relation et de retrouver ce bien-être. Nous désignons ces plaisirs sous l'appellation de *plaisirs fusionnels* pour en exprimer l'idée centrale. Les expressions de « plaisir d'aller vers l'autre, de se rapprocher, de faire un avec l'autre » pourraient aussi être utilisées pour désigner ce type de plaisir en ce qu'elles en expriment le mouvement essentiel vers l'autre.

Les *plaisirs fusionnels* ont en commun le plaisir d'aller vers quelqu'un qui vient vers soi. Avec ces *plaisirs fusionnels*, on assiste à l'émergence d'une entité plus grande qui englobe les partenaires. Deux personnes qui dansent et se lient deviennent un couple, cinq personnes qui dansent et se lient deviennent une équipe de travail, etc. Chacune souhaite maintenir la relation et croit que l'autre le veut aussi. Toutefois, les *plaisirs fusionnels* disparaissent lorsqu'on commence à se préoccuper de la relation ou lorsque le fait de maintenir la relation demande d'aller à l'encontre de l'autre. Avec l'apparition de ce nouveau type d'effort, la danse et le *plaisir de s'engager* ne sont plus des plaisirs à rechercher.

## Le plaisir de danser avec l'autre

L'image d'un couple dansant ensemble avec plaisir et aisance est la représentation de référence pour ces moments de bonheur difficilement explicables où le souci de la relation disparaît derrière l'aisance et la facilité d'interaction avec l'autre. Dans ces moments, à la manière de danseurs, les pas de l'un et de l'autre s'accordent. Ce type de plaisir est une forme de plaisir universel qu'on a vraisemblablement tous expérimenté à un moment ou à un autre de notre existence. Nous avons retenu l'image de la danse pour désigner ce type de tactiques spontanées de plaisir, mais d'autres appellations pourraient être utilisées. Ainsi, nous aurions pu faire référence au plaisir de s'accorder avec l'autre, au plaisir de la complicité, de la connivence, de faire équipe, d'être sur la même longueur d'onde. Il s'agit d'une constellation où chaque terme met en évidence une facette de ce plaisir.

Ce *plaisir de danser avec l'autre* surgit, par exemple, lors d'un échange où chacun se sent invité, par un petit mot ou un simple geste de l'autre, à préciser sa pensée. Ou, encore, il apparaît dans ces moments où on a l'impression de se sentir compris sans avoir à faire d'effort et l'impression que l'autre se sent aussi compris sans faire d'effort particulier. Autrement dit, le *plaisir de danser avec l'autre* réside dans l'aisance et la complémentarité d'une relation voulue par les partenaires.

Le *plaisir de danser avec l'autre* est ainsi inhérent à des situations et à des moments où les réactions spontanées des partenaires s'ajustent mutuellement, où les actions de l'autre sont en accord avec les comportements de l'un et vice

versa. Les deux partenaires ressentent cette attirance mutuelle pour leur manière d'être en relation ensemble. Lorsque le plaisir de l'un confirme le plaisir de l'autre, la relation est détendue, les rires sont présents et chacun fait preuve d'une certaine aisance, sinon d'un laisser-aller. Les partenaires se répondent mutuellement de manière accordée. Le mouvement est harmonieux et réciproque. Aucun des partenaires n' imagine que l'autre puisse douter de l'aspect plaisant ou non de la relation. Le risque d'une rupture de la relation est à son plus bas.

Dans ces moments de complicité entre les partenaires, on ressent moins la nécessité de procéder à des réajustements. En effet, les personnes qui dansent ne cherchent pas à corriger ou à modifier une relation qu'elles perçoivent comme agréable. En fait, en dansant, elles ne pensent que très peu à la relation. C'est, par exemple, le plaisir d'un couple qui s'exprime librement, discutant de ses projets de vacances. Chacun donne son opinion et répond aisément aux idées et aux objections de l'autre, sans crainte. C'est aussi le plaisir de collègues qui critiquent et partagent ensemble leurs interprétations du comportement d'un autre ; ou, encore, le plaisir qu'on ressent lorsqu'en reformulant une proposition en fonction des idées exprimées, on constate que les autres se sentent compris ; c'est aussi le plaisir de celui ou de celle qui explique quelque chose à quelqu'un ou à un groupe de personnes intéressées et qui les interroge, en retour.

Par ailleurs, aisance et facilité ne signifient pas que le *plaisir de danser avec l'autre* soit nécessairement le fait d'une relation douceurieuse faite d'attentions et d'empathie. Aisance et facilité signifient que le *plaisir de danser avec l'autre* réside dans la complémentarité et l'harmonie des danseurs. Il réside dans l'aisance avec laquelle les paroles et les gestes de chacun se répondent et s'harmonisent selon les propensions personnelles et les dispositions des interlocuteurs dans une situation donnée. Certains aiment la samba, d'autres, la valse. Ainsi, deux personnes qui défendent énergiquement des positions politiques opposées dansent ensemble dans la mesure où chacune d'elles désire la discussion et la répartie de l'autre. Si l'une des deux personnes change de sujet ou répond dans un autre registre, le charme sera rompu. Le plaisir de la danse se dissipe. Au contraire, deux personnes qui causent, lors d'une rencontre fortuite au hasard d'un déplacement, pourront aussi éprouver une forme peut-être atténuée du plaisir de la danse. Tant que chacun répond dans les limites des comportements attendus ou désirés, nous pouvons dire qu'ils dansent ensemble. De même, si l'un des deux change de tactique, répond dans un autre registre ou sur un autre sujet, le charme sera rompu et le plaisir de la danse se sera évanoui.

Le *plaisir de danser avec l'autre* n'est pas défini par le contenu des échanges, mais par la manière dont ces échanges se produisent, par la complémentarité des tactiques de plaisir de chacun. Le contenu des échanges avec l'autre peut être de tout ordre : physique, affectif ou intellectuel. Le *plaisir de danser avec l'autre* peut s'inscrire dans une activité : par exemple, le plaisir de la complicité lors de la préparation

d'un repas. Ou, dans un registre plus affectif, le plaisir de la confiance, d'être en harmonie avec l'humeur et la sensibilité de l'autre. Ou encore, dans le domaine intellectuel, le plaisir d'une discussion faite de questions et de réponses, d'arguments et de contre-arguments qui se répondent. Le contenu en lui-même peut être délicat ou désagréable. On peut, par exemple, avoir une relation faite du *plaisir de danser* même en parlant de la mort avec une personne mourante. La danse prendra place dans la facilité des échanges et l'aisance avec laquelle les partenaires se répondent. On peut danser avec l'autre même en discutant de comportements irritants et même s'il y a expression d'une certaine agressivité par l'un ou l'autre des partenaires. Toutefois, pour que les partenaires puissent danser ensemble, cette agressivité doit être liée à des éléments de contenu, et aucunement dirigée vers la relation. Pensons simplement à une discussion animée sur des sujets comme la politique, l'éducation ou l'argent. Tant que le débat, aussi vif soit-il, se déroule de la façon souhaitée par les partenaires, nous pouvons dire qu'ils dansent ensemble. En effet, le plaisir de la danse relève du fait que les partenaires tiennent à la relation. Plus précisément, celui ou celle qui danse avec l'autre tient et croit que l'autre tient aussi à maintenir cette manière d'être en relation ensemble. Si on croit que l'autre ne désire pas la relation telle qu'elle se présente, le plaisir de la danse disparaît. On ne peut danser sans au moins imaginer que son ou sa partenaire éprouve le même plaisir.

Dans cet esprit, on peut aussi avoir le *plaisir de danser* à plusieurs. On sentira alors que chacun a sa place, que chacun se complète, tels les membres d'une équipe sportive. Chacun, même les opposants, joue son rôle comme chacun s'y attend. Un professeur dansera avec son groupe d'élèves en répondant avec conviction à leurs interrogations. Les rôles de chacun se complètent et s'emboîtent. C'est aussi le plaisir des membres d'un groupe de discussion où chacun débat en écoutant, en apportant arguments et contre-arguments. Lors de ces moments de danse, les interventions des uns et des autres s'enchaînent sans nul besoin de métacommunication, c'est-à-dire sans ressentir le besoin d'intervenir sur ou à propos de la relation. En situation de groupe, la personne chargée du bon déroulement de la rencontre peut éprouver le *plaisir de danser* avec son groupe en appliquant ou en proposant des règles auxquelles les participants adhèrent (tour de table, appel du vote, réprimande des retardataires, etc.).

Évidemment, ces moments de grâce ne sont pas éternels. Le plaisir de la danse, comme d'ailleurs toutes les autres formes de plaisirs, est toujours contextuel, plus ou moins évanescant dans le temps et dans l'espace. En effet, la facilité apparente d'une relation où on danse avec l'autre ne signifie pas qu'il en a toujours été ainsi, ni qu'il en sera toujours ainsi, ni que cette aisance couvre tous les aspects de la relation. On peut danser avec quelqu'un sur un sujet et réagir avec des tactiques de *plaisirs rebelles* sur un autre sujet. On peut avoir d'excellentes réunions de travail avec une collègue, les échanges d'idées et les réactions de chacun créant un climat de complicité. Et on peut ne pas éprouver cette complicité lorsqu'il s'agit de discuter de l'éducation des enfants ou de politique lors de rencontres sociales

en dehors du travail. On pourrait éprouver plus de plaisir à critiquer ses positions qu'à être complice avec cette collègue. Ainsi, même si certaines relations peuvent apparaître globalement plus imprégnées du *plaisir de danser* que d'autres formes de plaisir, le *plaisir de danser* n'englobe pas toute la relation à l'autre. Il s'inscrit dans les interactions telles qu'elles se produisent ici et maintenant. On ne peut danser tout le temps sur tous les sujets avec une même personne ou un même groupe. Il arrive qu'on désire une relation avec quelqu'un sur un sujet donné dans un contexte donné et qu'on ne veuille pas développer la relation avec cette personne en dehors de ce contexte. Par exemple, un professionnel, un avocat, un médecin, un professeur peut désirer établir une relation de complicité, d'échange et de confiance avec son client, son patient ou son élève, mais ne pas vouloir développer une telle relation en dehors du contexte professionnel. En dehors de cette relation de travail, les mêmes interactions pourraient ne plus être source de plaisir, mais provoquer plutôt un certain malaise. Le plaisir de la danse s'évanouira parce qu'on ne désire pas développer cet aspect de la relation. Sans le désir d'au moins maintenir la relation telle qu'elle se présente, telle qu'elle se déroule au moment présent, le plaisir d'interagir avec l'autre se dissipe et disparaît. Dans cette nouvelle situation créée par la disparition du *plaisir de danser*, le plaisir ne consisterait plus, comme nous le verrons, à alimenter cette interaction avec l'autre ni même dans des efforts d'évitement de la situation.

Le *plaisir de danser avec l'autre* peut s'installer dès les premières interactions, mais les partenaires peuvent aussi avoir développé des manières d'être ensemble, de danser ensemble, à la suite d'expériences difficiles liées à des thématiques spécifiques. Ils peuvent avoir appris à ajuster leurs tactiques ou en avoir développé de nouvelles. Par exemple, des conjoints qui, après avoir traversé quelques périodes difficiles, arrivent aujourd'hui à discuter librement de sujets autrefois délicats. D'ajustements en réajustements, ils ont développé une relation où ils ne font maintenant plus d'effort. Ils se répondent sans y penser, leurs pas s'emboîtent.

Fidèle à l'image de la danse, si cette tactique de plaisir est aisée et source de plaisir pendant qu'elle se déploie, il peut ne pas en avoir toujours été ainsi. Comme les danseurs réels ont appris à danser, les danseurs « relationnels » peuvent aussi avoir appris à interagir sur le mode de la danse. Comme les danseurs réels, ils ne connaissent pas toutes les danses et il a pu leur arriver de se marcher sur les pieds. Malgré l'aspect spontané et sans effort apparent de leur présente danse, malgré l'aisance et la facilité immédiates de leur accord, leurs faits et gestes ne sortent pas du néant comme par magie. Ils sont souvent issus d'apprentissages passés et ils sont aussi circonscrits à certains pas de danse, à certains aspects de leur relation, de leur histoire relationnelle. Si les actes passés peuvent influencer la propension de chacun à danser de telle ou telle manière, alors on peut aussi influencer les futures transformations de ses manières d'interagir et de danser avec les autres. C'est là, dans l'action présente, qu'on peut développer sa capacité à prendre plaisir à ses relations.

Par ailleurs, chacun a sa manière de danser et personne ne peut danser avec tout le monde. Chacun a son ou ses modes privilégiés pour entrer en relation. Certains dansent en compétitionnant ou en coopérant avec l'autre. D'autres dansent avec les règles, avec les idées, les projets, etc. Certains aimeront discuter, débattre longuement. D'autres aimeront agir et proposer des projets à réaliser ensemble. Lorsque ces manières d'être en relation se nourrissent mutuellement et favorisent leur développement respectif, on dira que les partenaires dansent ensemble. Dans ces moments, les partenaires ne savent plus, ne se rappellent plus ce qui provient de l'un ou de l'autre. La complicité qui définit la relation constitue dès lors une niche où les manières d'être de chacun se déploient et se raffinent. Deux collègues qui ont du plaisir à discuter ensemble développeront leurs propres habiletés à argumenter qui, à leur tour, contribueront au plaisir de la relation.

### Le plaisir de s'engager

À l'image du plaisir de plonger dans une eau claire et attirante, le *plaisir de s'engager* correspond au plaisir de s'immerger dans la relation. Nous l'avons appelé *plaisir de s'engager* en partie parce qu'il accompagne les interventions visant à transformer la relation en une nouvelle manière plus intense, plus intime, de danser ensemble. Il s'inscrit dans les suites du plaisir de chercher à faire un avec l'autre. Il vise à en assurer la pérennité et l'intensité. Il est associé aux gestes visant à consolider et à prolonger une relation où les partenaires partagent déjà le *plaisir de danser* ensemble. Avec ce plaisir, on désire s'impliquer, aller de l'avant, plonger dans la relation. On veut qu'il y ait une suite, que le moment de plaisir perdure, se répète ou s'accroisse. On avance vers l'autre, on décide de s'engager quant à l'évolution de la relation. On veut pouvoir dire « nous ». On est concerné par l'avenir, par le plaisir que demain offrira. On prend plaisir à s'assurer que demain recèlera encore des occasions de danser avec l'autre. Autrement dit, il s'agit du plaisir d'agir pour prolonger le plaisir à être avec l'autre, le plaisir de s'engager et de se faire des promesses.

Toutefois, contrairement au *plaisir de danser*, le *plaisir de s'engager* n'est pas quelque chose de spontané, qui ne nécessite pas d'effort, ni quelque chose qui est d'emblée simultané ou réciproque. Au contraire, il est lié à un certain effort volontaire et à des stratégies intentionnelles. Il accompagne la décision d'agir pour transformer la relation alors même qu'on n'est pas certain de la réponse de l'autre.

Bien sûr, on ne peut pas réécrire le passé, mais on peut modifier le contexte actuel et favoriser ainsi les conditions d'émergence de tel ou tel type de plaisir dans la relation. Pour reprendre l'image des danseurs, l'un ou l'autre des partenaires – ou les deux – peut décider intentionnellement d'augmenter, de varier, d'accroître ou d'intensifier les occasions de danser avec l'autre. Ainsi, dans un flirt, où la relation semble s'installer sans effort et sans souci, l'un des partenaires pourrait volontairement à un moment donné décider de s'impliquer un peu plus avec l'autre.

En espérant que l'autre voudra en faire autant, qu'il prendra plaisir à solliciter un autre rendez-vous, à risquer de toucher ou d'embrasser, etc. Nous pourrions reprendre cet exemple en dehors du contexte amoureux en l'appliquant à une relation de travail, à une complicité sportive, à un échange intellectuel, etc. Dans chaque cas, nous pouvons imaginer une situation agréable à partir de laquelle une petite décision volontaire de s'impliquer un peu plus dans cette relation entraînera l'accentuation de cette relation avec l'espoir d'un engagement réciproque. Sans cette décision, sans ce geste volontaire, le *plaisir de danser avec l'autre* reste un plaisir limité dans le temps. Avec la décision de s'engager un peu plus dans la relation, on se rapproche un peu plus de l'impression de s'oublier soi-même pour faire un avec l'autre, de fusionner avec l'autre de façon plus permanente. Comme pour les autres plaisirs, plusieurs appellations auraient pu tout aussi bien être retenues pour décrire la nature ou l'essence de ces stratégies de plaisir : plaisir de s'impliquer, de se lier à l'autre, de plonger, de s'engager, etc.

La notion d'aller vers l'autre est ici entendue au sens large, car l'engagement peut être intellectuel, affectif ou comportemental. Par exemple, sur le plan intellectuel, il peut correspondre au plaisir de partager son analyse et sa compréhension personnelle des choses avec un collègue afin que celui-ci complète ou commente ses propos. Il pourrait aussi correspondre au plaisir d'émettre une suggestion ou de poser une question inattendue, en souhaitant que l'autre réponde à l'appel. Sur le plan affectif, il peut prendre la forme d'une manifestation publique de soutien à une personne en souhaitant que celle-ci apprécie et accepte ce soutien. De manière plus générale, le plaisir affectif de s'engager surgit en prenant le risque de dévoiler ses attirances et ses répulsions. Sur le plan physique et comportemental, le *plaisir de s'engager* peut être de se rapprocher physiquement, de prendre le risque de toucher l'autre.

Par rapport au *plaisir de danser avec l'autre*, le *plaisir de s'engager* ajoute une petite part de risque. En effet, exprimer directement ou indirectement à l'autre son désir de poursuivre ou d'intensifier la relation comporte un élément de risque lié à l'ignorance de ce que sera sa réaction. La décision volontaire d'aller vers l'autre sans assurance de sa réponse favorable correspond à ce que nous pourrions décrire comme une part d'incertitude associée au risque de « lâcher la proie pour l'ombre ». Cette incertitude est propre au fait de s'engager davantage dans la relation. Elle surgit, par exemple, en prenant le risque d'intervenir de manière plus personnelle et plus volontaire. Ou en prenant le risque de dire ce qu'on pense vraiment à propos d'un sujet délicat. Ou, encore, en prenant le risque de lui dire qu'on aime travailler avec elle ou lui, qu'on aime sa manière de contribuer au travail. Le *plaisir de s'engager* correspond dans ces exemples au bien-être ressenti en prenant le risque de s'exprimer librement dans le but d'augmenter la complicité et l'investissement de chacun dans la relation. On prend le risque que la proposition d'implication plus grande soit rejetée. En ce sens, vouloir s'engager, se lier à l'autre, c'est aussi prendre le risque du rejet.

Cela dit, le *plaisir de s'engager* est, comme le *plaisir de danser avec l'autre*, associé aux situations où on croit que le partenaire souhaite aussi maintenir la relation et qu'il y est à l'aise. Toutefois, on n'est pas absolument certain que l'autre souhaite aussi transformer la relation vers plus d'implication ou d'intensité. On le croit, on le suppose, mais on reste incertain. Le *plaisir de s'engager* est ainsi composé d'un mélange de présomptions favorables et d'incertitude quant aux réactions de l'autre. Il apparaît dans des situations où on perçoit que les chances que l'autre réponde adéquatement sont bonnes. Ainsi, on ne fait pas de propositions d'implication et d'engagement à n'importe qui, ni n'importe quand. On ne se lie pas sans un minimum de confiance préalable dans la relation, de confiance que l'autre acceptera vraisemblablement de répondre favorablement à l'invitation. On se lie avec des personnes avec qui on sait déjà danser et avec qui on souhaite danser mieux ou plus, avec plus de complicité, d'intimité ou de proximité.

Si la proposition d'engagement est acceptée, si, par exemple dans une réunion de travail, on prend le risque de faire confiance à la solidarité des autres membres en leur dévoilant un « bon coup » réussi en dehors des procédures habituelles et que les autres répondent en avouant leurs propres écarts en la matière, alors le *plaisir de s'engager* devient plus profond et plus intime. La qualité et la facilité des échanges augmentent. Le *plaisir de s'engager* peut aussi prendre place dans des situations moins associées à la solidarité. Par exemple, exercer son autorité peut recéler une part d'engagement et d'implication propre au *plaisir de s'engager*. Par contre, si l'intervention de direction est rejetée, si les autres ne répondent pas de la façon souhaitée, le *plaisir de s'engager* envers ces partenaires se dissout. Peut-être qu'alors d'autres manières d'intervenir et d'autres plaisirs apparaîtront dans cette nouvelle situation créée par le rejet de la proposition.

Le *plaisir de s'engager* n'est pas un acquis qui correspondrait au fait d'être engagé. Il n'est pas une forme de plaisir mature qui apparaîtrait avec le temps, à force de danser avec une personne. Il est plutôt issu du mouvement vers l'autre. Il correspond au plaisir momentané du geste d'engagement lui-même et il se renouvelle à chaque geste en ce sens. Il est inhérent au risque qui est pris en exprimant d'une manière ou d'une autre son souhait d'approfondir la relation. Il peut être soutenu et réitéré, mais il reste une manière d'être en relation à un moment donné. Le plaisir d'être, par exemple, engagé dans une longue relation d'amitié se ressent à chaque geste qui réactualise cet engagement: coups de téléphone, petits messages électroniques, accolades lors de rencontres fortuites, etc. Le *plaisir de s'engager* se renouvelle dans chacun de ces gestes. Il prend place avec l'impression d'être reconnu et de reconnaître l'apport de l'autre.

La prise de risque propre au *plaisir de s'engager* appelle des réajustements de la relation. Autant le *plaisir de danser avec l'autre* réduit la nécessité de procéder à des réajustements, autant le *plaisir de s'engager* conduit à porter attention à l'incidence de ses interventions pour approfondir, élargir la fusion. Par exemple, le

fait d'avoir négligé la relation, d'avoir oublié de poser telle ou telle question, de faire tel ou tel commentaire, parce que la rencontre se déroulait tellement bien, indique qu'on dansait probablement avec l'autre. Dans ces situations où tout va bien, on ne se préoccupe pas de sa manière d'interagir, sauf pour tenter de faire perdurer l'aisance et pour s'engager davantage dans la relation.

## Les plaisirs audacieux

---

Une vendeuse remarque une cliente hésitante, à la mine rébarbative, qui vient d'entrer dans le magasin. Elle ressent comme un appel. Elle se dirige aussitôt vers la cliente, stimulée par le défi. Un responsable de projet discute avec les membres de son équipe. Il perçoit une certaine résistance autour de ses propositions. Il prend alors plaisir à réfuter chaque argument avancé et à tenter de les convaincre. Ou, encore, une personne chargée de l'animation d'une réunion a devant elle un groupe silencieux et apathique. Elle perçoit cela comme une invitation à intervenir, comme un défi à relever. Toutes ces personnes ont en commun d'être stimulées par les esquives ou les réparties négatives de leurs partenaires. Elles prennent plaisir à oser aller de l'avant. Elles tendent à relever spontanément le défi et à persévérer de manière volontaire, malgré le manque d'intérêt ou le refus d'entrer en relation manifesté par l'autre. Le refus de l'autre suscite chez elles l'envie de répondre et d'amener l'autre à répondre à son tour. Ainsi, essayer de vendre une idée ou un produit à des clients sceptiques, chercher à convaincre des collègues hésitants, s'efforcer de susciter le respect de gens méfiants, tenter de se démarquer lors d'une entrevue d'embauche, etc., sont autant de situations où le plaisir à être en relation se mêle à une certaine audace. Aussi, nous désignons ces plaisirs par l'appellation de *plaisirs audacieux*. Toutefois, ici comme ailleurs, derrière l'appellation choisie se trouve une constellation de qualificatifs désignant différentes facettes de ces plaisirs. Ainsi, ces plaisirs pourraient être qualifiés de plaisirs charmeurs, fonceurs, hardis, impliquants, initiateurs, risqués, séducteurs, etc. L'idée centrale est que ces plaisirs sont liés à un mouvement vers l'autre, à l'encontre des résistances perçues chez l'autre.

Dans ces situations, la tactique de plaisir consiste à relever le défi de transformer la manière d'être en relation malgré les hésitations ou les objections perçues chez l'autre. On perçoit que le partenaire ne veut pas de prime abord entrer en interaction ou prolonger l'échange. Mais on croit que ce partenaire pourrait se montrer intéressé, à certaines conditions. On croit que, si l'on s'y prend bien, si on sait y faire, si on peut dire le bon mot ou faire le bon geste au bon moment, alors toute la situation pourrait changer. L'absence d'intérêt de l'autre se présente comme un défi à relever. Le plaisir est ici lié au fait d'agir malgré les réserves

perçues, et même à l'encontre de celles-ci. Il réside dans le fait de partir à la conquête de l'autre, de réussir à susciter chez lui ou chez elle le désir de transformer la situation relationnelle de sorte que l'autre souhaite interagir avec soi.

Relever le gant, oser n'implique pas nécessairement de réussir. L'autre peut refuser. Après un premier échec, on peut garder espoir et éprouver le désir de poursuivre et de raffiner son approche et ses stratégies. On ne perçoit pas les premiers refus comme inéluctables. On leur trouve une explication. On utilise ses échecs passés pour avancer vers l'autre malgré l'absence de réponse ou le peu d'enthousiasme perçu. On réajuste sa stratégie en fonction de ses objectifs et des réactions de l'autre. On éprouve du plaisir à poursuivre ses tentatives malgré les échecs parce qu'on croit qu'elles peuvent réussir. C'est, par exemple, le plaisir de l'éducateur qui persévère malgré les premiers rejets de ses tentatives d'établir une relation avec un jeune délinquant. Ou c'est le plaisir de l'épouse qui met tout en œuvre dans une relation difficile parce qu'elle est certaine qu'à force d'amour et d'acceptation la relation finira par se développer positivement.

Ainsi, ces plaisirs d'oser et de persévérer, malgré la non-disponibilité et le non-encouragement perçus chez l'autre, exigent une bonne part d'audace dans la mesure où on doit agir à l'encontre de la bienséance. On refuse d'obtempérer et de renoncer. On a l'audace de tenter de susciter chez l'autre le désir d'établir ou de transformer la relation. Plutôt que de se soumettre au refus de l'autre, on cherche à en faire la conquête. On veut le charmer ou le séduire.

Ces plaisirs que nous désignons sous l'appellation de *plaisirs audacieux* partagent avec les *plaisirs fusionnels* le fait d'aller vers l'autre. La différence majeure entre les deux groupes de plaisirs est que, dans le cas des *plaisirs fusionnels*, le désir d'aller l'un vers l'autre et de développer la relation est mutuel. Alors que les *plaisirs audacieux* reposent sur son propre désir, et ce, sans égard au désir perçu chez l'autre. Plus précisément, ces plaisirs apparaissent dans des situations où on est incertain du désir de l'autre quant à l'établissement de la relation, où on espère passer outre aux premières réactions négatives. Ils sont liés à des situations vécues comme un appel à fournir un effort pour établir le contact ou prolonger la relation avec l'autre. Ainsi, contrairement à la relation de réciprocité qui caractérise les *plaisirs fusionnels*, les *plaisirs audacieux* existent au sein de relations asymétriques. C'est-à-dire au sein de relations où la personne qui souhaite établir ou maintenir la relation croit que l'autre ne le désire pas.

## Le plaisir de relever le défi

Un employé nouvellement promu cadre cherche à rencontrer un à un l'ensemble de ses subalternes. À l'annonce de sa promotion, plusieurs ont manifesté leur manque d'enthousiasme. La situation stimule le nouveau cadre. Il prend spontanément plaisir

à relever le défi que constituent ces rencontres. Il tient à rencontrer tous ces collègues, et particulièrement ceux qui ont le plus manifesté leur peu d'enthousiasme. Il souhaite échanger avec eux de manière à établir une relation personnelle avec chacun. Il sait qu'il aura besoin d'eux et que jeter les bases de bonnes relations futures ne peut qu'être bénéfique. Son plaisir se trouve ainsi lié à la poursuite de cet objectif.

Avec ce type de plaisir, on agit de manière à établir ou à maintenir une relation qu'on désire. On croit qu'on a besoin de cette relation et que l'autre acquiescera éventuellement, quoi qu'il en dise actuellement. On souhaite établir la relation, la maintenir ou même la transformer au-delà de ce qu'elle est actuellement. Imaginons que parmi les employés du cadre de l'exemple ci-dessus se trouve une personne qui évite généralement de nous adresser la parole. En abordant cette situation comme un défi, dans la mesure où l'on croit avoir besoin de sa collaboration pour atteindre ses propres objectifs, on pourrait prendre plaisir à rechercher tous les moyens de prendre contact et d'établir la relation. On pourrait spontanément penser à des prétextes liés à des questions professionnelles ou penser à montrer de l'intérêt pour son travail et espérer jeter ainsi les bases de futures interventions plus engageantes, etc. Dans les situations de ce type, le *plaisir de relever le défi* accompagne les tentatives d'imprimer une direction et un mouvement à la relation, même si on ne perçoit pas d'encouragement chez l'autre.

Le *plaisir de relever le défi* est commun aux situations où l'on tente d'entraîner l'autre, de l'inciter à entrer en relation, de le convaincre de se rallier, de le charmer, de gagner son admiration, et même de s'attirer ses faveurs. De manière caricaturale, c'est le plaisir de la séductrice ou du séducteur déployant ses charmes face à une personne indifférente ou fuyante. En reprenant l'image de la danse, nous pourrions dire que le *plaisir de relever le défi* est le plaisir de celui ou de celle qui invite à danser une personne qui hésite, qui refuse mollement l'invitation, mais dont on sent qu'elle est prête à se laisser convaincre. Ou, encore, c'est le plaisir de celui ou de celle qui surprend une personne en l'invitant à manger, alors qu'elle n'avait jamais manifesté le moindre intérêt à son égard. Dans tous les cas, la tactique de plaisir consiste à oser, à relever le défi perçu dans la situation. Elle consiste à agir de façon à voir l'autre se laisser convaincre et finalement prendre plaisir à la situation. Aussi, ce plaisir aurait pu s'intituler le plaisir de convaincre, de charmer, d'entraîner, d'inciter, d'oser, de rallier, de séduire, etc.

Lorsque surgit le *plaisir de relever le défi*, on ressent le goût de se dépenser sans compter, une excitation spontanée face à l'absence d'intérêt ou même à la résistance de l'autre. On peut ressentir une telle montée d'énergie dès les premiers refus ou les premières marques d'indifférence perçues chez l'autre. On devient alors attentif aux diverses réactions de son ou de sa partenaire. Lesquelles sont perçues comme des obstacles à surmonter qui participent au plaisir d'être en relation avec cette personne. Par exemple, l'absence d'intérêt ou la résistance d'un

ami à l'égard d'une analyse sportive ou politique qu'on essaie de partager avec lui ouvre au plaisir de tenter de rendre intéressant un sujet rébarbatif. La situation permet de tenter d'en montrer la pertinence, de tenter de transformer un commentaire critique en un élément de complicité, de chercher à retourner ses arguments à notre avantage, etc.

L'objectif relationnel sous-jacent au *plaisir de relever le défi* peut être affectif, cognitif ou comportemental. On peut simplement désirer être aimé et respecté. On peut aussi simplement rechercher à partager ses idées et des informations professionnelles. Le cadre de l'exemple cité au début de cette section pourrait prendre plaisir à tenter d'établir au moins une relation d'échange d'idées avec l'un de ses employés récalcitrants. Le défi posé par la relation peut aussi être strictement comportemental. Ainsi, notre cadre pourrait éprouver un malin plaisir lors des réunions à toujours se placer le plus près possible des éléments les plus résistants de son équipe de manière à les surprendre et à pouvoir profiter des occasions propices à des apartés.

Par définition, le *plaisir de relever le défi* s'inscrit au sein d'une relation qui n'est pas facile à établir, à maintenir ou à transformer, dans le contexte où se trouvent les partenaires. Toutefois, malgré les difficultés, la relation est présumée possible. Pour avoir du *plaisir à relever le défi*, il faut estimer pouvoir réussir à éveiller chez l'autre un minimum d'intérêt pour la relation (stimuler l'autre intellectuellement, le faire rire, établir une complicité, susciter la confiance, etc.). Si on croit l'objectif hors de portée, inatteignable, si on ne croit pas minimalement possible que l'autre veuille éventuellement accéder à nos propositions, le *plaisir de relever le défi* perd tout son sens et s'évanouit. Mais si l'objectif semble à notre portée, si par exemple la personne visée laisse une ouverture (verbale ou non verbale), si mince soit-elle, alors l'exploitation de cette brèche peut être en soi une source de plaisir. Ce plaisir s'enracine dans le processus même de transformation de la relation. Il correspond au plaisir d'agir et de réagir de manière à obtenir ce que l'on désire. Aussi, les réajustements sont nombreux. Ils ne résident pas dans des gestes précis et identifiés. Ils accompagnent plutôt tous les gestes qu'on croit propices, ici et maintenant, à la transformation de la manière d'être en relation avec l'autre. Le politicien qui prend plaisir à ajuster son niveau de discours selon la perception qu'il a de son auditoire illustre cet aspect du *plaisir de relever le défi*. De même, un candidat qui se présente à plusieurs reprises à des élections prendra d'autant plus de plaisir aux tâches exigées par la procédure électorale qu'il croit être en mesure d'être élu un jour. D'une fois à l'autre, il prendra plaisir à convaincre ses électeurs s'il a l'intime conviction de réussir un jour à en persuader un nombre suffisant pour être élu.

Le *plaisir de relever le défi* n'est pas fait de partages et d'alternances, comme c'est le cas du *plaisir de danser avec l'autre*. Il est plutôt fait d'un mélange d'effort, de maîtrise de soi et de laisser-aller. Toutefois, la part d'effort est fournie avec entrain ou enthousiasme. Elle consiste ici à décider de relever le défi, ce qui, pour

plusieurs, tient du laisser-aller et du quasi-réflexe. En fait, ne pas répondre à l'appel créé par la situation exigerait un effort beaucoup plus grand. On ne pourrait rester sans réagir. On dira que c'est plus fort que soi. C'est le réflexe du vendeur qui, voyant entrer un nouveau client, ne peut s'empêcher de l'aborder; ou celui du professeur qui, devant une question difficile, ne peut s'empêcher d'essayer d'expliquer la situation. Ces comportements surgissent comme de vieux réflexes, de vieilles habitudes. On ne sent plus l'effort, mais le plaisir. Quant à la part de contrôle et de laisser-aller, elle renvoie aux ajustements de son propre comportement qu'on opère en tentant d'agir et de réagir de manière à susciter une réaction chez l'autre.

Le *plaisir de relever le défi* peut revêtir diverses formes. Il peut, par exemple, s'exprimer par des tentatives d'établir ou d'entretenir la relation par la douceur et l'acceptation malgré le rejet de l'autre. C'est le plaisir de réagir avec tact à un commentaire désobligeant, le plaisir de susciter l'intérêt d'un interlocuteur blasé. Ce plaisir peut aussi prendre des formes plus sophistiquées. C'est, par exemple, le plaisir du négociateur qui tente d'utiliser sa compréhension des enjeux cachés et des règles pour amener les partenaires à la position désirée malgré leur résistance et leur hésitation.

Aussi, le *plaisir de relever le défi* reste lié à des moments spécifiques ou à des aspects particuliers de la relation. Ce n'est pas la relation dans son ensemble qui est source de plaisir, mais certaines périodes ou certains éléments de cette relation qui offrent un défi à relever. Par exemple, convaincre son conjoint de prendre des vacances à tel moment en tel lieu pourrait représenter une occasion de *plaisir de relever le défi*, même si la relation ne se résume pas à ce moment particulier. Réussir à le convaincre sera en soi une source de joie, aussi petite soit-elle, même si la relation dans son ensemble comporte bien d'autres plaisirs.

En terminant, rappelons que le *plaisir de relever le défi* n'est pas d'emblée un plaisir partagé par l'autre. Au contraire, il s'agit d'un plaisir nécessairement non réciproque. En effet, si on est en situation de relever un défi, c'est qu'on perçoit que l'autre n'a pas d'intérêt à alimenter la relation. Dans cette situation, l'autre, le partenaire, aura plutôt tendance à chercher son plaisir dans des comportements qui pourraient mettre fin à cette relation qu'il ne désire pas. Il ne voudra pas nourrir et encourager cette relation. Par exemple, le client agacé par un vendeur insistant ne fera rien qui pourrait l'encourager. Il évitera de répondre à ses questions, restera vague, regardera ailleurs pour éviter d'établir ou de transformer le type de relation que lui propose le vendeur. Toutefois, il peut arriver que ces marques de refus indirectes ne suffisent pas si elles laissent la moindre possibilité d'établir le contact. Elles permettent au vendeur d'interpréter la situation comme un défi à relever. La résistance passive de l'un nourrit le plaisir de l'autre.

## Le plaisir de persévérer

Poursuivons l'exemple, amorcé dans la précédente section, d'un cadre nouvellement nommé. Une fois en poste, il constate qu'un des employés opposés à sa nomination fait preuve de négligence dans son travail. Il prend alors un malin plaisir à s'entretenir avec l'employé de la situation malgré sa résistance affichée. Celle-ci le stimule, l'incite à relever le défi. Toutefois, l'employé ne tient pas vraiment compte de ses remarques et demeure négligent dans son travail, même s'il l'est un peu moins. Tout en étant insatisfait des mesures prises par l'employé, le cadre prend plaisir à y voir une amélioration. Têtu, il convoque de nouveau l'employé dans son bureau. Mieux encore, à chaque occasion qui lui est donnée il prend plaisir à aborder la question avec l'employé, tantôt en le félicitant, tantôt en faisant une suggestion ou en lui rappelant l'idée d'un de ses collègues, etc. Il croit pouvoir réussir à établir une relation qui produira des améliorations. Il prend plaisir à persévérer.

Ainsi, prendre plaisir à persévérer, c'est prendre plaisir à poursuivre un objectif au-delà des premiers efforts et premiers défis relevés relativement spontanément. En prenant plaisir à relever un défi, le plaisir est immédiat, alors que prendre plaisir à persévérer implique un objectif plus lointain que le plaisir actuel. Cet objectif sert de support. Il devient un prétexte au plaisir de la persévérance elle-même. Le *plaisir de persévérer* est lié au déploiement, ici et maintenant, des efforts pour atteindre l'objectif plus tard. Cet objectif peut être de développer une relation d'affaires, des échanges intellectuels, une relation intime, etc. Ainsi, le *plaisir de persévérer* est, à la manière du *plaisir de s'engager*, un plaisir orienté vers le futur. Sa raison d'être se situe dans l'avenir.

Prendre plaisir à persévérer, c'est prendre plaisir à raffiner ses manières d'interagir, à bonifier ses réajustements, à transformer ses façons de faire pour dépasser ou vaincre les hésitations de l'autre, à garder espoir d'en faire la conquête. Le plaisir est de passer outre aux premiers refus et aux premiers échecs, de continuer à oser et de tenter de forcer le jeu. C'est, par exemple, le plaisir de celui ou de celle qui continue à accepter le comportement de l'autre et à lui trouver des excuses. Cela, malgré le fait que celui-ci persévère dans son rejet de la relation proposée. Pensons au plaisir de la mère qui comprend et justifie le comportement de son fils rebelle ou qui essaie différentes façons de communiquer avec lui sans jamais baisser les bras. Pensons au plaisir du joueur de hockey qui continue de s'entraîner pour s'améliorer et d'encourager ses coéquipiers malgré les échecs répétés de son équipe, au plaisir de l'entraîneur qui veut poursuivre son plan de match malgré la difficulté de ses joueurs à y croire et à l'appliquer. Pensons encore au plaisir de continuer à croire que les choses iront en s'améliorant. On réussira à changer ce conjoint alcoolique ou violent. On a plaisir à penser que la relation deviendra celle que l'on appelle de tous ses vœux.

Le *plaisir de persévérer* est le second type des *plaisirs audacieux*. Plus volontaire et entreprenant, il est marqué par un certain entêtement à stimuler chez l'autre un intérêt pour la relation telle qu'on souhaite la transformer sur les plans affectif, cognitif ou comportemental. Prendre plaisir à persévérer consiste à prendre plaisir à agir maintenant pour transformer la relation dans le sens dans lequel on voudrait qu'elle se développe (obtenir l'acquiescement, l'attention, la collaboration, la soumission, le soutien, etc.). On garde espoir. On doit garder espoir et percevoir une possibilité, aussi infime soit-elle, que « ça marche ». Si l'autre refuse systématiquement et explicitement les propositions qui lui sont faites, éliminant ainsi tout espoir possible, alors le *plaisir de persévérer* s'éteint. Sans espoir, le *plaisir de persévérer* s'évanouit.

Par comparaison, si le risque d'aller vers l'autre malgré les indices de refus de la relation est l'élément stimulant du *plaisir de relever le défi*, l'espoir est l'élément essentiel sur lequel repose le *plaisir de persévérer*. On continue à oser vouloir établir ou transformer la relation malgré le peu de succès de ses premiers efforts. On s'acharne à obtenir de l'autre un consentement à une certaine forme de relation qu'on juge satisfaisante. Aussi, ce plaisir pourrait être désigné par les appellations de plaisir de s'entêter, d'espérer, d'insister, de persister, de rêver, de s'obstiner, etc.

Avec le *plaisir de persévérer*, le contrôle sur ses propres interventions s'accroît. On porte de plus en plus attention à ses interventions et à leurs effets sur la relation. On réfléchit et on évalue davantage les conséquences. On devient plus volontaire et plus stratégique. Par exemple, après une première présentation infructueuse, un représentant qui cherche à décrocher un contrat pour son entreprise prendra davantage de soin et de plaisir à planifier sa stratégie de vente, ses arguments, l'ordre de leur présentation, etc.

Paradoxalement, avec le *plaisir de persévérer*, le plaisir se déplace de la relation vers ses propres comportements. Le plaisir à être en relation réside de moins en moins dans l'intérêt pour une réelle relation avec l'autre. Il se situe de plus en plus dans le plaisir intrinsèque à l'effort fourni et aux stratégies mises en œuvre pour établir ou transformer la relation dans le but d'atteindre l'objectif qu'on s'est fixé. L'autre devient un prétexte ou mieux un contexte. Lorsqu'il s'entête à refuser activement ou passivement la relation telle qu'on la lui propose, il participe à la création, pour son partenaire, d'une occasion propice au *plaisir de persévérer*. Sa résistance active ou son indifférence passive offre un contexte qui permet de poursuivre ses efforts. C'est, par exemple, le plaisir de s'obstiner à tenter d'amener l'autre à adopter son propre point de vue. C'est le plaisir de poursuivre sa cour malgré l'absence quasi totale de signes d'encouragement ou même malgré un refus explicite. On continue d'espérer.

Nous pouvons aussi observer, dans des situations de groupe, ce déplacement de la relation vers ses propres comportements. Par exemple, lorsque dans une réunion on prend la parole à de multiples reprises pour répondre aux arguments des autres, le plaisir se déplace petit à petit de la relation aux autres vers le plaisir intrinsèque au fait d'insister et d'argumenter. Dans de telles situations de groupe, le *plaisir de persévérer* pourrait aussi se combiner au maintien d'une attitude d'ouverture face à un groupe récalcitrant ou encore prendre la forme d'encouragements à tenir bon malgré l'adversité. Donner l'exemple, poursuivre la démarche malgré les obstacles vont de pair avec le *plaisir de persévérer*.

La relation peut aussi perdurer dans cet état de « persévérance » d'une de ses parties lorsque l'autre joue avec le oui et le non, lorsque la réponse n'est pas perçue clairement. Par exemple, nous pouvons imaginer un couple où l'un des partenaires persévère à coup de charme, de gentillesse et de séduction dans ses efforts pour maintenir la relation. Pendant que l'autre manifeste une certaine distance, tout en finissant par éventuellement accepter quelques-unes des propositions de charme. L'un espère et persévère, tandis que l'autre surfe sur une relation qui s'offre sans effort. Il ne faut toutefois pas limiter le *plaisir de persévérer* à ces situations quasi sans espoir, où l'incidence des stratégies mises en œuvre demeure virtuelle et toujours à venir. Au contraire, les gestes associés au *plaisir de persévérer* visent explicitement la transformation réelle de la relation. L'incidence sur le développement effectif de la relation peut donc être très grande. L'autre peut, à l'évidence, répondre positivement aux démarches. La relation s'en trouve dès lors véritablement transformée. Une fois cet objectif atteint, le *plaisir de persévérer* disparaît. Il n'a plus de sens. On peut alors soit s'orienter vers d'autres plaisirs (les *plaisirs fusionnels*, les *plaisirs rebelles* ou les *plaisirs courtois*), soit identifier de nouveaux défis à relever et de nouvelles situations de persévérance (une nouvelle situation de séduction, un ancien partenaire à reconquérir ou un ancien client à qui vendre quelque article, un nouveau sujet de débat, etc.).

En conclusion, le *plaisir de persévérer* s'inscrit dans la prolongation du *plaisir de relever le défi*. Ces deux plaisirs partagent un même refus de la situation telle qu'elle se présente. Ils sont liés au refus de baisser les bras devant la résistance perçue chez l'autre. Le premier de ces plaisirs, le *plaisir de relever le défi*, se présente comme une réaction quasi viscérale, automatique et spontanée. L'absence de réponse de l'autre est un stimulant à l'action. Le deuxième, le *plaisir de persévérer*, est de même nature, mais plus volontaire. Il ne s'agit plus d'un plaisir associé à une réaction « plus forte que soi », mais d'un plaisir voulu et recherché, associé à des gestes intentionnels.

## Les plaisirs rebelles

---

Imaginons deux prisonniers éprouvant une antipathie mutuelle l'un pour l'autre. Les deux personnes, forcées par le contexte à maintenir une relation non désirée avec l'autre, n'éprouvent aucune attirance particulière ou, pire, elles ressentent une certaine répulsion spontanée. Chacune croit qu'il en est de même pour l'autre. Où et comment ces prisonniers peuvent-ils éprouver du plaisir dans cette relation ? Prenons un autre exemple, celui d'un policier et d'un contrevenant. Il peut arriver que ni l'un ni l'autre n'ait envie d'être en relation avec l'autre, mais que ni l'un ni l'autre ne puisse y échapper. L'un fait son devoir et l'autre voudrait bien résister, mais il ne voudrait pas être accusé d'entrave au travail d'un policier. Nous pourrions aussi imaginer une situation semblable entre un patron et un employé, un parent et un enfant ou, même, entre deux collègues. Quels plaisirs peuvent-ils avoir ? Quels gestes ou interventions pourraient être source de plaisir dans un tel contexte où la relation est en quelque sorte obligée ? Quels plaisirs peut-on rechercher lorsqu'on ne veut pas de ce que l'autre offre ? Quels plaisirs rechercher lorsque l'autre offre soumission et adulation, alors qu'on recherche un partenaire capable de critique et d'indépendance ? Quels plaisirs avoir avec une personne contrôlante, alors qu'on recherche soutien et encouragement ?

Dans de tels contextes, la relation ne correspond pas à ce que l'on souhaite et on perçoit qu'elle ne correspond pas non plus à ce que souhaite l'autre. Le plaisir réside dans les petites satisfactions associées aux gestes de refus qui viennent contrecarrer le développement de la relation. Tous les gestes qui « répondent » aux désagréments de la situation se présentent comme autant de petites satisfactions. Ne pas réagir de la façon prévue et faire sentir à l'autre son refus de la relation telle qu'elle est actuellement ou telle qu'elle pourrait se poursuivre devient un plaisir. Contester son patron qui présente une nouvelle mesure contre les retardataires parce qu'on se croit indirectement visé comporte ainsi une part de douceur, la satisfaction de réagir. Ainsi, toute intervention qui permet d'ébranler ou de redéfinir la relation est source de plaisir. Par exemple, un policier qui interpelle une personne qui ne veut pas collaborer et qui ne répond pas à ses questions pourrait prendre plaisir à appliquer de façon plus stricte le règlement et le Code de la sécurité routière. Dans ce contexte, le policier n'a probablement pas envie d'établir une relation cordiale avec cette personne qui lui est globalement désagréable. Il lui dira : « *Madame, vous rouliez à 122 km à l'heure dans une zone de 100 km, c'est la loi* » plutôt que : « *Madame, vous rouliez à 122 km à l'heure dans une zone de 100 km. Cela vous coûterait normalement assez cher et vous ferait perdre plusieurs points d'inaptitude. Pour cette fois, je veux bien passer l'éponge, mais je vous donne un avertissement. Pensez à ralentir à l'avenir.* » Son premier choix de réponse à la situation, l'application stricte de la loi, est en elle-même source d'une petite satisfaction face à une contrevenante qui réagit négativement. Par ailleurs, nous pouvons

renverser les rôles et imaginer que la contrevenante n'a pas non plus envie d'établir une relation avec le représentant de l'ordre. Elle pourrait alors éprouver un certain plaisir à exprimer des commentaires désobligeants pour faire obstacle à la relation telle qu'elle se présente. Elle pourrait répondre quelque chose comme : « *La police a donc besoin d'argent !* » ou « *Courez-vous après une promotion ?* »

Aussi, refuser ce que l'autre offre, refuser, par exemple, son manque de respect ou son admiration indue, son amour non désiré ou son mépris, ses conseils ou son autorité, etc., tout cela amène son lot de satisfactions et de petits plaisirs. Bien sûr, ces petits plaisirs ont ici une saveur plutôt aigre-douce ; on est loin du plaisir et de l'aisance de la danse où on répond à l'autre sans effort. Ils laissent même un arrière-goût d'adrénaline au sens où les interventions auxquelles le plaisir est associé exigent une certaine dose d'agressivité.

Dire « non » à l'autre, ne pas réagir de la façon prévue, du moins selon les attentes telles qu'elles sont perçues, se rebeller dans le cadre d'une relation non souhaitée donne lieu à ce que nous appelons les *plaisirs rebelles*. Ces plaisirs auraient aussi pu être désignés par les appellations de plaisir de dire « non », de s'affirmer, de s'affranchir, de s'émanciper, de se différencier, etc. Ils surgissent dans le cadre de relations perçues comme subies plutôt que choisies, dont le maintien est imposé par le contexte de travail, le contexte familial ou autre, où on prend plaisir à refuser la règle du jeu existant. Ils accompagnent les interventions qui permettent de se différencier et de ne pas faire un avec cet autre non désiré et perçu comme non désirant. En cela, ils s'opposent directement aux *plaisirs fusionnels* où on dit « oui » à la relation. Ici, on dit « non » à l'autre, d'abord avec ce que nous appelons le *plaisir de contrarier l'autre*, de répondre et d'attaquer les interventions perçues comme désagréables, de « ne pas laisser passer ça ». Cette tactique de plaisir s'oppose à celle de danser avec l'autre. Elle consiste plutôt à accompagner les gestes visant à troubler ou à remettre en question la relation ou plus précisément la manière d'être en relation. Ensuite, la stratégie consiste à se laisser aller à dire « non » avec plus d'intensité en se déchargeant de la tension accumulée, en cherchant à se libérer de cette situation obligée. C'est le plaisir de livrer ses réactions sans égard aux conséquences sur la relation. Ce plaisir à se libérer s'oppose à son tour au *plaisir de s'engager* dans la relation. Plutôt que de rechercher la fusion avec l'autre, la stratégie consiste à dire ce qu'on pense vraiment et à affirmer son existence en tant qu'être différent et séparé de l'autre. Par ailleurs, le *plaisir de se libérer* partage avec le *plaisir de s'engager* l'expression explicite et directe de son désir. Dans les deux cas, on se dévoile à l'autre.

En résumé, dans ce genre de situation où la relation n'est pas voulue et où elle est perçue comme obligée, le plaisir s'associe, dans un premier temps, à l'expression de tout ce qui la dérange. Puis, sur un plan plus intense, le plaisir se lie au fait de livrer ses réactions sans égard aux conséquences sur la relation. Autrement dit, gêner une interaction où l'autre ne réagit pas de la façon prévue

est en soi la source d'un premier petit plaisir. Dans l'exemple du policier faisant face à une personne qu'il trouve désagréable, l'application stricte de la loi lui offre le plaisir de redéfinir lui-même le déroulement des événements à l'encontre de l'autre. De même, les remarques désobligeantes de la personne contrevenante lui offrent le plaisir de contrecarrer la définition de la relation faite par le policier. Par ses remarques, elle prend plaisir à refuser l'établissement d'une relation où elle devrait être conciliante et soumise. Si ses tentatives demeurent infructueuses, si la relation perdure malgré sa volonté d'y mettre fin (du moins dans sa forme actuelle), alors le plaisir pourrait consister à se laisser aller sans égard aux conséquences. Le policier pourrait prendre plaisir à appeler des renforts et accuser la personne d'outrage et d'entrave au travail d'un policier. La contrevenante pourrait se laisser aller à lui dire sa façon de penser sur cette manière de rançonner les automobilistes, sans se préoccuper des conséquences. Passé un certain seuil, le plaisir est de ne plus se retenir.

Les *plaisirs rebelles* diffèrent aussi des *plaisirs audacieux*, en ce qu'on n'éprouve pas le désir d'établir ou de maintenir la relation telle qu'elle se présente. Le refus perçu chez l'autre ne représente aucunement un défi. On ne ressent aucun appel à fournir un effort pour établir le contact ou prolonger la relation. Contrairement à l'asymétrie des *plaisirs audacieux*, les *plaisirs rebelles* existent au sein d'une interaction symétrique où ni l'un ni l'autre ne veut être en relation avec l'autre.

### Le plaisir de contrarier l'autre

La satisfaction et le soulagement qui accompagnent une intervention bien placée, indiquant à l'autre qu'on n'aime pas sa manière de se comporter à notre égard, sont une illustration du *plaisir de contrarier l'autre*. Plus largement, le *plaisir de contrarier l'autre* accompagne des interventions indiquant à l'autre que la relation telle qu'elle est actuellement ne convient pas. On prend plaisir à manifester qu'on n'aime pas ce qu'il fait. Par exemple, un collègue lit ses courriels sur son téléphone pendant qu'on présente un projet. On interprète ce geste comme une absence d'intérêt ou un manque de respect. On lui demande s'il désire qu'on fasse une pause. Le fait qu'il soit légèrement mal à l'aise sera source d'un petit plaisir. De même, répondre à des remarques désobligeantes, provoquer l'autre parce qu'on croit qu'il n'agit pas comme il le devrait dans le contexte ou réagir à son indifférence ou, encore, refuser le rejet perçu chez l'autre sont des comportements associés au *plaisir de contrarier l'autre*. Nous pourrions ajouter que le malaise perçu chez l'autre à la suite de cette intervention participe à ce plaisir. Tant mieux s'il n'est pas content, s'il ne se sent pas reconnu ou qu'il est mal à l'aise. On prend plaisir à dire ce qu'on pense, sans se soucier des conséquences. Bien sûr, une telle réaction ne fait rien pour favoriser un rapprochement, mais le plaisir immédiat n'est justement pas ici de chercher à créer un rapprochement, mais bien au contraire de nuire à cette relation non désirée.

De manière générale, le *plaisir de contrarier l'autre* apparaît lorsqu'on ne veut pas de la relation avec l'autre telle qu'elle se présente et qu'on croit que l'autre ne la désire pas non plus. On ne veut pas de ce que la relation apporte et on croit que l'autre n'en veut pas non plus. Aussi, le *plaisir de contrarier l'autre* naît dans le contexte d'une relation perçue comme obligée où les partenaires ne peuvent fuir. Il naît dans un contexte où aucun ne peut se payer le luxe de rompre la relation. Aucun ne veut se laisser aller aux conséquences d'une rupture de la relation. Les raisons en sont multiples. On a, par exemple, peur de perdre son emploi. On ne veut pas déplaire à d'autres qui souhaitent qu'on supporte encore un peu la situation. On ne veut pas que les enfants en souffrent, etc. Ou, encore, c'est le plaisir du gestionnaire qui critique constamment le travail d'une collègue qu'il trouve trop compréhensive ou trop permissive envers les employés, ou celui d'une professionnelle qui dénigre les propos d'un collègue qu'elle considère comme macho. Ainsi, il peut s'agir de relations avec toutes sortes de personnes difficiles à éviter : des collègues, des membres de la famille, des clients, etc. C'est le plaisir de résister à une relation avec une personne avec qui on aimerait mieux ne pas avoir affaire et chez qui on perçoit le même manque d'intérêt pour la relation. En bref, le *plaisir de contrarier l'autre*, c'est le plaisir de « saboter » une relation qu'on ne peut pas éliminer facilement.

Surgissant habituellement dans un contexte de prime abord déplaisant, ce type de plaisir n'est pas toujours reconnu comme un véritable plaisir par la personne, car il est associé à des interventions qui exigent généralement un minimum d'agressivité. Ces interventions expriment une forme de résistance à la relation dans sa forme actuelle. Elles vont à l'encontre de ce qui est attendu par l'autre ou à l'encontre des normes du groupe. Elles nécessitent évidemment une énergie plus grande que ne l'exigerait l'absence de réaction. Elles exigent de ce fait une forme d'agressivité qui tient de l'affirmation, et le plaisir n'apparaît pas d'emblée comme un élément de ces situations. On dira qu'on n'éprouve pas de plaisir dans ce type de relations. Pourtant, certaines répliques, certains gestes, certaines prises de position apporteront leur lot de satisfactions et de sourires intérieurs. Éphémères, ces petites bouffées d'air constituent tout de même des moments de repos dans une relation non souhaitée. L'élève qui se rebelle, l'arbitre qui fait du zèle, le client qui envoie promener un vendeur trop insistant, le patron qui critique l'inertie ambiante, l'employé qui réagit à un abus de pouvoir, etc., autant de situations d'éprouver le *plaisir de contrarier l'autre*. On peut éprouver ce plaisir lorsqu'on n'espère plus de progrès, lorsqu'on ne croit plus à la possibilité que l'autre puisse changer d'attitude. C'est dans ce contexte figé, mais obligé par ailleurs, que les interventions critiques, les remarques acerbes et autres interventions « négatives » deviennent porteuses de satisfaction.

Aussi, le *plaisir de contrarier l'autre* reste toujours local et contextuel. Nous pouvons, par exemple, entretenir simultanément des zones d'opposition et de complicité avec une même personne. Imaginons un couple avec une riche complicité sexuelle. Les partenaires ont aussi régulièrement des discussions ouvertes sur l'éducation de leurs enfants. Par contre, dès qu'il est question de loisirs (choix de sorties, de vacances, de voyages, etc.), leurs échanges deviennent acerbes. Ils dansent ensemble dans un cas et prennent plaisir à se contrarier dans l'autre.

De plus, comme les autres formes de plaisirs, le *plaisir de contrarier l'autre* peut être lié autant à des réactions verbales qu'à des réactions comportementales. Par exemple, un jeune et nouvel employé pourrait avoir du plaisir à contrarier un collègue qui lui manifeste de la condescendance en lui répliquant : « *Évidemment, toi, tu penses que tous les jeunes sont des flans mous, des incapables. Trop irréflechis pour faire des nuances* », ou à réagir par des faits et gestes dénotant des compétences d'un niveau supérieur qui contredisent ce qu'il croit que le « vieux » attend d'un jeune et nouvel employé.

De plus, le *plaisir de contrarier l'autre* n'est pas un plaisir continu, mais un plaisir par à-coups, associé à des interventions et à des moments précis. Il s'agit de courts instants de contentement qui apparaissent sur un fond de préoccupation. Entre ces moments, le plaisir consiste à surveiller et à attendre l'occasion propice pour formuler une critique ou un commentaire. On ne parvient pas à ignorer la relation, elle s'impose à l'attention. Chaque information recueillie sur l'autre qui pourrait servir à construire une répartie est en elle-même un petit plaisir. Ainsi, être à l'affut, sauter sur l'occasion pour déstructurer la relation telle qu'elle se présente est en soi une source de plaisir, un plaisir latent qui prend sa force lorsque l'occasion se présente. Une personne irritée depuis un certain temps par les critiques d'une coéquipière prendra ainsi plaisir à intervenir de manière à la discréditer. Elle dira, par exemple : « *Tu t'opposes au projet parce que cela t'empêchera de prendre tes vacances à ce moment-là.* » Une autre cherchera à glaner les éléments qui lui permettront d'exprimer son mécontentement. Une patronne appliquera avec un certain plaisir des règles de procédure qui la mettent dans l'« obligation » (lui permettent) de refuser un poste à une personne qui ne lui inspire pas confiance.

Le *plaisir de contrarier l'autre* est ainsi fait d'une alternance de retenue et d'un peu de laisser-aller. Chaque intervention est habituellement précédée d'une période plus ou moins courte où les informations nécessaires sont glanées au hasard des observations. Tandis que les interventions en elles-mêmes exigent un certain laisser-aller. Ainsi, le processus est à l'image d'un ressort qui, dans un premier temps, se comprime lentement. Durant cette période, chaque élément irritant est enregistré. Chaque enregistrement est un petit plaisir. Chacun contribue à comprimer d'un cran le ressort. L'intervention représente le moment où le ressort se détend, le moment de satisfaction. On dira alors que c'était « plus fort que soi ».

Ce type de plaisir va généralement de pair avec l'émergence de ce même plaisir chez l'autre. Il est symétrique, comme le *plaisir de danser avec l'autre*, en ce sens que l'émergence de ce plaisir chez l'un des partenaires entraîne son émergence chez l'autre. Ainsi, réagir de manière négative à une attitude de l'autre alimente cette même attitude qu'on a plaisir à combattre. Les petits plaisirs associés à l'expression de son opposition à l'établissement ou au maintien de la relation alimentent et justifient ceux de l'autre. Chaque intervention faite dans cet esprit participe à l'autoconfirmation de la perception de la relation par les partenaires dans la mesure où elle favorise le rejet mutuel de la relation telle qu'elle se présente. Par exemple, un père exerçant une profession libérale et qui aide financièrement son fils discute avec celui-ci. Le fils dit : « *Il y a trop de monde qui gagne trop d'argent.* » Le père, irrité par le fait que son fils de plus de 20 ans n'a toujours pas de projet professionnel, se fait un plaisir de lui répondre avec cette critique : « *Tu ne sais toujours pas ce que tu vas faire de ta vie. Tu ne fais rien et tu voudrais avoir le même salaire que ceux qui travaillent.* » Le fils refuse de s'engager sur cette voie et lui rétorque : « *Les êtres humains devraient tous avoir le même revenu. Tout le monde vient au monde égal.* » Il se fait plaisir en ignorant les critiques du père. Ces discours parallèles confirment à chacun que l'autre ne l'écoute pas, qu'il ne le reconnaît pas comme un interlocuteur valable. Le plaisir qui leur reste est de refuser la situation en se critiquant mutuellement, ce qui paradoxalement perpétue la situation. Autre exemple, des amis discutent du système de santé. L'un annonce à l'autre qu'il est allé dans une clinique privée pour se faire faire un bilan de santé. Il insiste sur la qualité et la rapidité des services reçus en comparaison du système public. Le deuxième, sachant que son interlocuteur sait que lui-même fréquente le système public, a une première réaction étonnée et reçoit le message qu'au salaire qu'il fait il devrait fréquenter des lieux offrant un meilleur service que le système public. Les deux partenaires ne se sentent pas reçus ni acceptés dans leur choix. En réaction, l'adepte du réseau public de santé prend un malin plaisir à interroger l'autre sur les coûts et les services reçus et à établir ainsi une comparaison en faveur du système public. L'autre ressent alors, avec toutes ces questions, une non-reconnaissance par son ami de la légitimité de ses choix. Le plaisir de l'un à contrarier l'autre alimente ainsi chez l'autre le même plaisir, généralement à l'insu même des partenaires.

Ainsi, le *plaisir de contrarier l'autre* favorise la résurgence d'interventions aigres-douces qui, à leur tour, renforcent la croyance des partenaires qu'aucun des deux ne désire maintenir la relation actuelle. Les cycles s'enchaînent ensuite en augmentant chaque fois légèrement en intensité jusqu'au moment où le ressort se brise, où le plaisir pris à contrarier l'autre disparaît de cette guéguerre sans issue. Si ce type d'échange perdure, si on ne s'autorise pas à y mettre fin, la satisfaction associée à l'expression de son propre refus de la relation telle qu'elle se présente perd de son sens dans la mesure où la situation perdure. Ce plaisir est appelé à disparaître. Si le contexte change, si la situation relationnelle se transforme, ce changement appellera différentes formes de plaisirs.

Par ailleurs, il ne faut pas réduire le *plaisir de contrarier l'autre* à une simple joute verbale ou à des interactions houleuses où les partenaires n'attendraient que le moment de se dire leurs quatre vérités. En effet, contrecarrer le maintien d'une relation peut passer par différents canaux directs et indirects. Les messages de critique et de remise en question, même acerbes, peuvent être subtils et discrets. L'intervention peut paraître anodine et très rationnelle, mais être perçue comme âcre ou cinglante par l'interlocuteur, cela parfois même sans que les autres personnes présentes s'en rendent vraiment compte. Par exemple, deux experts d'un domaine pourraient vivre un tel échange sans que le néophyte qui y assiste perçoive les acrimonies sous-jacentes. Dans ce contexte, ce qui compte est le sens parfois caché que chacun croit que l'autre attribue à l'intervention. L'un croyant que l'autre interprétera qu'il cherche à le mettre en boîte ou qu'il ne le considère pas comme un égal. Ou, plus globalement, il interprétera que l'autre ne veut pas être en relation avec lui. Parmi les interventions indirectes qui ne seraient pas verbales, nous pouvons penser au boycott de réunions où l'autre serait présent, au choix de s'adresser à tous les autres membres d'un groupe de travail sauf à lui, au fait de montrer des signes de désapprobation sinon d'exaspération lorsque l'autre prend la parole. Parmi les interventions directes, nous pouvons penser à des commentaires soulevant des contradictions dans les propos de l'autre ou les discréditant, des pointes exprimant notre propre désintérêt à l'égard de la relation, des coups de gueule à la suite de l'intervention de l'autre, etc. De plus, le sens local et momentané de certaines interventions est affecté par le contexte général de la relation. Une remarque acerbe sur un retard à un rendez-vous ne suscitera vraisemblablement pas la même volonté de contrarier l'autre selon que ce commentaire est émis par le conjoint ou par un coéquipier antipathique d'une équipe imposée.

Le *plaisir de contrarier l'autre* peut aussi émerger en situation de groupe. Par exemple, si on se voit imposer une équipe de travail au sein de laquelle on ne se sent pas le bienvenu, exprimer alors son mécontentement et son désintérêt par rapport au groupe, sous une forme ou une autre, apportera son petit plaisir aigre-doux. On refusera de collaborer à ce qu'on croit qu'on attend de soi. Ces tactiques spontanées de plaisir ne transformeront pas d'emblée la situation en situation agréable. Cependant, chaque intervention sera porteuse de satisfactions, certes limitées et ponctuelles, mais tout de même source de petits plaisirs. Le *plaisir de contrarier l'autre* peut aussi prendre la forme d'oser prendre publiquement une autre position que celle attendue. Face à un membre du groupe en particulier, le plaisir sera d'affirmer implicitement (ou explicitement) qu'on ne tient pas à la relation, qu'on n'a pas besoin de lui.

Les interventions propices au *plaisir de contrarier l'autre* varient aussi selon les personnes. Pour certains, le plaisir passera par la critique, la remise en question, la confrontation des idées, etc. Pour d'autres, ce plaisir sera boudeur et passif, associé à la nuisance par omission, au fait de ne pas participer, de ne rien amener

à l'autre, etc. Pour d'autres encore, ce plaisir s'associera à des interventions plus actives visant à entraver le bon déroulement des choses, à faire réagir l'autre, à discréditer tout ce qui vient de l'autre ou à bloquer l'ébauche de solutions, etc.

En résumé, le *plaisir de contrarier l'autre* est associé à des situations où on se dit que, tant qu'à devoir subir la présence de l'autre, autant se faire plaisir. Plaisir qui consiste ici essentiellement à réagir à l'absence d'intérêt, à la non-reconnaissance ou à la critique – sinon au rejet – perçues chez l'autre. Chaque réaction qui montre à l'autre qu'on refuse son indifférence ou son rejet amène ses petites bouffées de satisfaction. Ces petits moments de plaisir et de bien-être ponctuels contribuent à leur tour à entretenir le malaise général qui pèse sur la relation.

### Le plaisir de se libérer

Prenons, par exemple, deux collègues ne s'appréciant pas particulièrement, mais qui sont obligés de se côtoyer dans le cadre de leur travail. Avec le temps, les critiques mutuelles, les remarques acerbes, les insinuations ou les longs silences s'accumulent. Les premières expressions de contrariété procurent, comme on l'a vu, quelques bouffées de satisfaction parfois aigres-douces. Toutefois, elles n'empêchent pas la poursuite de cette relation globalement désagréable. Au contraire, du fait que ces remarques apportent leur petit lot de satisfaction, on vit avec la relation telle qu'elle est. On se surprend à prendre plaisir à ruminer et à élaborer des réparties possibles en fonction de différents scénarios. On peut même en arriver à souhaiter que l'autre commette une erreur, une petite contrariété de trop qui ferait ouvrir les vannes. Aussi, il vient un moment où la retenue s'atténue en même temps que le désir de préserver minimalement la relation. Les éventuelles conséquences fâcheuses d'une rupture comptent de moins en moins. Le *plaisir de contrarier* momentanément l'autre est remplacé graduellement par le désir de régler pour de bon le cas de cette relation problématique. Le plaisir se combine alors au désir de s'exprimer librement, sans retenue, au risque de tout briser, de faire sauter le contexte qui obligeait à un minimum de retenue. On se dit : « Au diable les conséquences, je perdrai mon emploi, c'est tout, et j'en trouverai un autre » ; « On divorcera s'il le faut, il portera plainte, je m'en fous », etc. Le but est alors explicitement de modifier cette relation non voulue ou de s'en extirper coûte que coûte. Ça passe ou ça casse.

Ainsi, lorsque la relation perdure malgré les premières réactions négatives de contrariété, l'expression de quelques critiques et mécontentements ou autres réactions de contrariété ne suffit parfois plus à susciter plaisir et satisfaction. Avec le temps, l'intensité de la réaction négative envers l'autre peut augmenter. Au-delà d'un certain seuil, le plaisir ne réside plus dans des tactiques de contrariété. L'expression de son mécontentement ou de son agacement ne suscite plus de plaisir. La situation appelle des stratégies d'intervention plus fortes exprimant un « non » ferme à la relation telle qu'elle se présente.

Avec le temps, l'accumulation des contrariétés peut entraîner une baisse du désir de maintenir la relation. Ainsi, on peut avoir de moins en moins envie de tolérer l'agacement et l'irritation que suscite chez soi le maintien de la relation. On peut devenir excédé par des remarques négatives de l'autre concernant, par exemple, son implication politique, sa performance, la sincérité de ses intentions, etc. Le plaisir se déplace vers des interventions qui viendront répondre à ces désagréments et exprimeront un refus explicite du maintien de la relation actuelle. On commence à prendre plaisir à anticiper différents scénarios possibles pour se laisser aller à la situation. Le plaisir s'associe alors à des interventions où la retenue normalement imposée par le contexte disparaît, où on se rebelle, où on se révolte, où il faut que ça change. On livre la marchandise, on se décharge, on joue son va-tout, on se laisse aller, on se libère de ses entraves, on « se paye la traite ». Avec ces interventions, on prend le risque d'affirmer clairement sa différence, et ce, sans égard aux contraintes qui maintiennent normalement la relation.

Le *plaisir de se libérer*, c'est aussi le plaisir de se laisser aller au-delà de ce qu'on croit admissible ou tolérable dans le cadre de la relation actuelle. On prend le risque de dire ce qui pourrait conduire à l'éclatement de la relation. On prend le risque de s'exprimer librement, sans retenue aucune, sans considérer les conséquences. On cesse ici de saboter la relation. On prend plaisir à s'y attaquer pour de bon. C'est aussi prendre plaisir à répondre ou à réagir comme on croit que l'autre ne s'y attend pas. C'est prendre plaisir à ne pas répondre ou à ne pas réagir comme on croit que l'autre s'y attend, à s'exprimer avec force à l'encontre de l'autre, à affirmer son existence en tant qu'être différent et séparé. On marque ainsi que soi et l'autre font deux. Le plaisir se manifeste ici comme un soulagement, ça fait du bien de se vider le cœur, d'enfin livrer la marchandise. Quitte à détériorer le contexte même qui maintient la relation avec l'autre, quitte à perdre son poste, quitte à perdre une amie, quitte à passer pour...

Le *plaisir de se libérer* apparaît lorsqu'on ne perçoit plus de porte de sortie, lorsqu'on veut en finir. Le plaisir est alors dans le fait de réagir à ce qui est perçu comme un état de fait. Les interventions associées à ce plaisir exigent à la fois une accumulation de mécontentements et de frustrations et un effort volontaire au moment de la mise en branle du processus, au moment de la décision de dire ce qu'on a à dire. Elles exigent une dose d'agressivité qui est spontanément identifiée comme une source de plaisir. La combativité et la vigueur nécessaires pour intervenir sans égard aux conséquences sur la relation peuvent susciter le plaisir lié au contentement de dire enfin ce qu'on a à dire et de mettre un terme à une situation devenue intolérable. Dans l'agitation du moment, le plaisir encourage et donne la force de poursuivre cette « sortie » plutôt risquée.

Le *plaisir de se libérer* peut être strictement intellectuel, émotionnel ou comportemental, mais il a généralement lieu sur les trois plans. On affronte l'autre pour une raison donnée avec un tonus émotionnel intense en faisant des gestes précis.

Avec le *plaisir de se libérer*, on cherche à redéfinir, sinon à rompre la relation, du moins à la transformer quant à l'aspect qui a suscité la crise. Le projet est de mettre un terme à la relation telle qu'elle est maintenant, de cesser d'être confronté à cette sensation de rejet qu'on ressent de la part de l'autre. À titre d'illustration, pensons aux messages de rejet que pourrait ressentir une femme exerçant un métier non traditionnel, disons une soudeuse ou une militaire, de la part d'un groupe d'hommes qu'elle perçoit comme réfractaires à la venue d'une femme dans leur milieu. Elle croit qu'ils ne veulent pas d'elle comme collègue et elle ne veut pas de cette forme de relation, faite de mépris et de rejet. Dans une telle situation, il est probable que ses réactions, verbales ou non, seront d'abord teintées du *plaisir de contrarier* ses collègues, mais viendra un moment où ces petites satisfactions momentanées ne suffiront plus. Viendra un moment où sa manière d'être en relation devra changer, où elle prendra clairement une position telle que l'ensemble de la relation sera remise en question. Imaginons la situation où cette femme en a assez des petites allusions sexuelles désobligeantes de ses collègues. Elle décide de leur répondre pour de bon, de prendre sa place dans cet univers macho. Elle ouvre les hostilités. Elle réagit au plus énervant du groupe : « *Une autre remarque comme celle-ci et tu peux être sûr que je porte plainte immédiatement pour harcèlement.* » Le plaisir est dans le fait de répondre, de voir les autres dire à l'« énervant » : « *Arrête ça là, tu vas avoir des problèmes, mon gars.* » Il s'agit ici aussi d'un plaisir aigre-doux parce qu'il est associé à l'impression de prendre un risque et à la crainte que la situation ne dégénère.

Une fois la « crise » passée, le plaisir prend alors la forme d'un soulagement parfois fier, parfois coupable, d'un contentement d'avoir dit ce qu'on pense vraiment. Après la remise en question de la relation, associée au *plaisir de se libérer*, celle-ci est évidemment à redéfinir. Tous les plaisirs deviennent accessibles. Toutefois, l'expression d'éléments allant au-delà de ce qui était accepté provoque des blessures qui ne sont pas sans séquelles. Il peut alors être difficile de rétablir les ponts. Aussi, les partenaires peuvent entrer en période de « convalescence relationnelle ». La suite des choses sera fonction du désir de l'un et de l'autre de poursuivre la relation. Aux démarches de réconciliation de l'un pourra répondre une neutralité de l'autre et vice versa, oscillant entre le *plaisir de relever le défi* et le *plaisir de surfer* sur les efforts de l'autre. Si la crise est locale et circonscrite à un sujet donné, elle peut conduire aux *plaisirs courtois*. Par exemple, lors d'un cinq-à-sept, deux collègues dépassent largement ce qui est convenable au cours d'un échange virulent sur un sujet politique. Le lendemain, lorsqu'ils se croisent, ils évitent mutuellement et délibérément d'aborder le sujet et en choisissent un autre sur lequel ils peuvent échanger de manière plus courtoise. Éviter la zone conflictuelle sera désormais une source de plaisir. Par ailleurs, si la crise pousse l'autre à « répondre » adéquatement, elle pourra conduire les partenaires vers le plaisir de la danse. Dans le

même exemple, les deux collègues se croisant le lendemain pourraient entrer dans une danse d'excuses où chacun avoue avoir quelque peu exagéré la veille. Chacun y met un peu d'humour et se caricature.

Par rapport au *plaisir de contrarier l'autre*, le *plaisir de se libérer* renverse la situation. Le *plaisir de contrarier l'autre* est un plaisir de surface, ponctuel, inscrit dans l'immédiat. Il apparaît sur un fond de malaise diffus pas nécessairement perceptible par les spectateurs des échanges. Les interventions sont explicites et observables, mais la tension qui les provoque reste occulte. Ce plaisir émerge autour de sujets donnés et dans des contextes définis. Par contraste, le *plaisir de se libérer* est lié à une tension apparente, perceptible par tous. Le plaisir de la personne n'est pas évident. L'intensité des interventions le cache. Par ailleurs, le *plaisir de se libérer* est lié à des interventions généralement plus globales. La personne qui se laisse aller à s'exprimer sans retenue affecte alors l'ensemble de la relation dans ses diverses réalisations et dans ses divers contextes.

## Les plaisirs courtois

---

Un cinq-à-sept, une personne parmi les autres, elle connaît peu de gens. Elle est venue à cause de l'insistance d'un collègue. S'il n'en tenait qu'à elle, elle ne serait pas là. Pour l'instant, elle est seule. Voilà qu'elle aperçoit son patron. Il se dirige vers elle et l'accoste. Il ne lui est pas particulièrement sympathique, mais il semble désireux d'engager la conversation. Il lui parle du dernier film à la mode dont tout le monde parle. Comme elle ne veut pas risquer de lui déplaire, elle décide de jouer le jeu, de lui répondre. Poliment, elle nourrit l'échange de quelques questions et réponses. Elle entretient la relation pour meubler le temps, mais elle est surprise des goûts de son patron en matière de cinéma et de la tournure agréable de la conversation. Elle prend plaisir à parler des films qu'elle a aimés. Elle conserve une certaine distance polie tout en participant à l'échange. Bref, elle surfe. Cela dure un temps, sur un mode assez convivial, mais voilà que le patron aborde un sujet délicat lié au travail, des tensions apparues entre des collègues lors de la dernière réunion de travail. La conversation risque de devenir plus délicate. Elle ressent une légère crispation dans les mâchoires. Elle craint d'être amenée à en dire plus qu'elle ne le voudrait ou à prendre parti pour l'un ou pour l'autre. Elle ne veut pas prendre parti et risquer d'être impliquée, même indirectement, dans ce conflit naissant lors de son retour au travail. Elle cherche une porte de sortie. Voilà qu'elle reconnaît une amie au fond de la salle. Elle en profite pour s'excuser et se retirer avec élégance et soulagement, en soulignant qu'elle doit absolument aller lui parler et qu'elle ne voudrait pas la manquer.

Dans de telles situations relationnelles, la personne croit que l'autre veut entrer en relation ou prolonger la rencontre. Elle le perçoit comme plus intéressé qu'elle ne l'est. Elle est très peu ou pas du tout intéressée, alors que l'intérêt de

l'autre lui semble explicite. Elle se sent obligée par le contexte de maintenir la relation, du moins momentanément. Prenons un autre exemple, pensons à un artiste connu croisant un groupe d'admirateurs à la sortie d'un restaurant. Ces derniers lui expriment un intérêt manifeste. L'artiste éprouve un certain plaisir à les saluer avec sincérité et respect, tout en désirant continuer sa soirée avec les gens qui l'accompagnent. Il ne veut blesser personne, mais son désir de poursuivre la relation avec ces gens est faible dans ce contexte. Son plaisir réside alors dans quelques échanges polis et courtois qui suscitent, sans être exigeants ou engageants, un certain plaisir d'être ensemble. Puis son plaisir se poursuit en réussissant à terminer l'échange avec élégance, sans vexer ses *fans*.

Nous qualifions ce type de plaisirs de *plaisirs courtois*. Mais, ici comme ailleurs, d'autres appellations auraient pu traduire ou exprimer une partie de leur essence. On pourrait penser à plaisir du détachement, de la fuite, de l'évitement, de la non-implication, etc. Nous avons retenu le qualificatif de courtois pour évoquer le mélange de superficialité et d'aisance agréable qui caractérise les réparties et les échanges associés à ce type de plaisirs.

À première vue, ces plaisirs pourraient apparaître semblables aux *plaisirs fusionnels*. Toutefois, contrairement à ces derniers, les *plaisirs courtois* sont sans véritable investissement personnel, ni engagement réciproque. De plus, ils sont animés d'une intention de désinvestissement, tandis que les *plaisirs fusionnels* visent le rapprochement. Par exemple, ces plaisirs dits courtois correspondent au plaisir de discuter du temps qu'il fait avec un collègue croisé au sortir de l'ascenseur, au plaisir de potiner avec son barbier ou sa coiffeuse, d'échanger des généralités touristiques avec un voisin de siège lors d'un voyage en train ou en avion, etc.

Par ailleurs, avec les *plaisirs courtois*, la relation – comme dans le cas des *plaisirs rebelles* – est ici perçue comme subie plutôt que choisie. Toutefois, l'intérêt manifesté ici par l'autre modifie la situation. Le plaisir n'est alors plus de se distancer d'un partenaire chez qui on perçoit un rejet, mais d'éviter, tout en maintenant une bonne relation, de se faire envahir par un partenaire trop intéressé. De même, les *plaisirs courtois* se différencient des *plaisirs audacieux*. Avec les *plaisirs audacieux*, on veut établir la relation, tandis qu'avec les *plaisirs courtois* c'est l'autre qui désire établir la relation. C'est lui qui vient vers soi. Il n'y a donc aucun défi à relever pour conquérir l'autre. Au contraire, avec les *plaisirs courtois*, on vise plutôt à s'en sortir dignement et indemne, à se tirer d'affaire sans histoires ni tensions inutiles et sans perdre la face. Il s'agit en quelque sorte de plaisirs distraits où on ne s'investit pas vraiment et où on cherche à ne pas blesser l'autre.

## Le plaisir de surfer

Le *plaisir de surfer*, c'est le plaisir de maintenir une relation cordiale avec, par exemple, des partenaires d'activités sportives, des collègues étrangers qu'on accueille lors d'une visite dans notre région, des voisins de table au restaurant, des

amis d'amis, etc. Les quelques mots, parfois polis, parfois joyeux, qu'on échange avec la caissière ou avec le boucher sont des exemples simples de ce plaisir. Prenons un autre exemple à partir d'une situation plus riche. Tous les vendredis soir, les membres d'une ligue locale de badminton se retrouvent au gymnase pour disputer quelques parties. Les relations sont bonnes, mais seuls quelques-uns se fréquentent en dehors de cette activité. Après le sport, il est de coutume d'aller prendre un verre ensemble au petit bar d'à côté. Les conversations restent relativement superficielles. On discute de tel ou tel coup, de telle ou telle manie de tel ou tel joueur. On se taquine, mais personne ne s'engage vraiment dans un échange à connotations intellectuelles ou émotionnelles. Ce n'est pas la place, et si cela devait se produire ce serait après la rencontre ou en aparté du groupe. Le temps s'écoule et on passe un moment agréable ensemble. Chacun surfe sur un propos lancé par l'un ou par l'autre. Le plaisir consiste ici à contribuer aux échanges, à maintenir la relation, sans chercher à la transformer au-delà du présent contexte. Le but est de passer un bon moment en respectant les balises définies par la situation. Des gestes visant à approfondir ce type de relation pourraient être mal perçus. Pensons à un client qui voudrait diriger sa conversation avec la caissière vers des sujets plus personnels et engageants ou au malaise qui peut s'installer lorsqu'un voisin de table s'immisce dans la conversation.

On peut observer le *plaisir de surfer* dans des contextes sociaux où les échanges sont relativement prédéterminés (événements mondains, rencontres au hasard, soupers de famille, etc.). On peut aussi reconnaître l'expression de ce plaisir dans les situations sociales répétitives (accueil d'un client, réunion de travail, cours, etc.). Généralement, il s'agit de relations avec des personnes non choisies et à qui on ne veut pas déplaire pour une raison ou une autre. On ne veut pas donner à l'autre l'impression qu'on ne souhaite pas approfondir la relation. En fait, l'autre a dans ces situations un certain pouvoir sur nous dans la mesure où on craint de l'offusquer en refusant la relation. On peut craindre qu'il n'exerce des représailles, refuse de nouveaux contacts, nuise à notre réputation, etc. Ainsi, dans l'exemple des membres de la ligue locale de badminton, prendre plaisir au moment passé ensemble au petit bar participe au maintien du plaisir même de l'activité sportive. Le plaisir de chacun dit aux autres qu'il aime et souhaite maintenir de bonnes relations. À l'opposé, refuser d'aller prendre un verre avec les autres, sans justification socialement acceptable, pourrait créer un malaise et compromettre notre participation à la ligue. Autrement dit, surfer représente une manière de tirer plaisir de situations où on pense que notre présence est souhaitée et qu'un refus de notre part nous serait néfaste.

Le plaisir tient ici plutôt du respect du contexte social et de l'actualisation d'un rituel (cinq-à-sept, rencontres fortuites, ascenseurs, salles d'attente, etc.) que d'une véritable relation personnelle. Il tient au désir de maintenir le contexte. Aussi, pour tirer plaisir de ce genre de situation, on entre en quelque sorte en relation

avec le contexte, avec l'événement social, plutôt qu'avec les personnes. Avec le *plaisir de surfer*, la relation devient comme une musique d'ambiance où ce n'est pas tant la musique qui compte, mais l'atmosphère qu'elle crée. De même, avec le *plaisir de surfer*, ce n'est pas la relation proprement dite qui est source de plaisir, mais l'ensemble de la situation. Les activités partagées et les sujets abordés sont relégués à l'arrière-plan.

À l'image du surfeur qui prend plaisir à glisser sur le flan de la vague, le *plaisir de surfer* sur la relation est lié au fait de prendre plaisir à se laisser porter par les événements, de se laisser entraîner par la vague. C'est le plaisir de composer avec la situation, considérant que cela ne devrait pas durer trop longtemps, qu'on ne croit pas avoir le choix ou que les enjeux de la situation l'exigent.

Avant de prendre plaisir à surfer, on peut avoir peur de s'ennuyer, se sentir pris en otage de la situation, avoir envie de se trouver ailleurs, en compagnie d'autres personnes. Pensons, par exemple, à certaines rencontres officielles où on craint de s'ennuyer et de trouver le temps long parce qu'on n'a rien à dire ou à ajouter sur les sujets abordés. Dans la situation, plutôt que de s'ennuyer et d'attendre que le temps passe, avec le *plaisir de surfer* on se laisse porter par la situation. On pose des questions, on demande des éclaircissements, on reformule les pour et les contre. On se laisse porter par l'événement. Les propos sont relativement prévisibles, relevant parfois de l'échange de clichés. On prend plaisir à jouer. On sait bien que cela ne donne rien de tangible, mais c'est plus agréable ainsi (pensons à l'exemple des propos anodins échangés avec la caissière ou le boucher). De plus, le maintien du contact et le respect de la situation peuvent apporter leur lot de surprises et de gains à venir.

Souvent, il s'agit de sujets repris, comme un enregistrement de circonstance qu'on repasse pour le plaisir, d'une fois à l'autre. On pourrait croire qu'il s'agit d'échanges insipides auxquels il semble bien difficile de prendre plaisir. Pourtant, les salutations, les propos sur le temps qu'il fait, les questionnements mutuels sur ses dernières activités (« *Qu'as-tu fait ce week-end ? As-tu vu le dernier film ? Où as-tu dîné ?* ») ou, encore, le partage de plaintes communes (critique du gouvernement, de la mauvaise qualité des travaux, des fenêtres qui ne s'ouvrent pas, du dernier match de notre équipe sportive préférée, etc.) sont des exemples simples de ces rituels qu'on réutilise comme des enregistrements. On les repasse d'un contexte à l'autre pour le simple plaisir d'échanger avec l'autre et de maintenir la relation. Aussi, il peut arriver que l'on se répète sans s'en rendre compte. Le partenaire rappelle (généralement poliment) qu'on lui a déjà raconté l'événement, livré notre point de vue ou fait part de telle expérience. Dans le même esprit, il arrive aussi qu'on ait du mal à se rappeler après coup les sujets abordés avec exactitude.

Attention, toutefois, ce plaisir n'est pas du laisser-aller. Se laisser ainsi porter par la vague est un travail d'équilibriste. Il est fait de multiples petits gestes, de réajustements qui vont de la distance physique entre les partenaires, pendant qu'ils

discutent debout lors d'un cocktail, jusqu'au choix des propos qui seront amenés, de la blague à faire. La maîtrise de soi est mise au service du maintien de la relation, c'est-à-dire qu'on cherche à ne pas déplaire ou à ne pas paraître peu intéressé.

Le plaisir n'est pas non plus passif. Il peut même être très actif. On peut délibérément susciter la relation. Pour reprendre l'exemple du cocktail, la personne qui prend plaisir à la situation ne restera pas dans son coin à attendre que quelqu'un vienne l'aborder. Elle ira vers d'autres, mais toujours avec la retenue de circonstance, avec le propos adéquat et non engageant. Elle abordera des sujets qu'elle croit intéressants pour l'autre ou qui semblent appropriés au contexte.

Une fois la situation relationnelle acceptée et le choix de l'« enregistrement » arrêté, on se laisse porter par le contexte. On improvise à l'intérieur du cadre ainsi défini. Pour un observateur non impliqué, les échanges peuvent sembler s'enchaîner si naturellement qu'ils donnent l'impression qu'il s'agit plutôt du plaisir de la danse. Toutefois, pour la personne qui surfe, la différence est sensible, car elle cherche à éviter de s'impliquer. Elle ne veut pas établir ou maintenir la relation et elle n'est pas vraiment intéressée par l'autre. Si elle danse, c'est avec le contexte qu'elle le fait, pas avec les personnes en relation avec elle ici et maintenant. Elle est en relation avec l'avenir et le passé de la relation et avec les occasions et les risques associés à son maintien ou non. Alors que, dans le cas de la danse, c'est la relation avec l'autre qui est recherchée, et ce, indépendamment du contexte. Le *plaisir de surfer* participe à la consolidation du cadre social dans lequel s'insère son réseau de relations. Pensons au travail d'une politicienne qui d'une assemblée à l'autre prend plaisir à rencontrer les gens, à prononcer sensiblement le même discours, à serrer des mains, à échanger des propos avec les électeurs et les électrices. Ou, encore, pensons au conférencier ou au professeur qui, d'un groupe à l'autre et selon le contenu abordé, reproduit les mêmes effets rhétoriques et les mêmes blagues. À une guide touristique qui choisit dans son répertoire d'anecdotes, au chauffeur de taxi qui raconte son histoire, etc. Ils prennent plaisir à surfer avec leurs partenaires.

Tous ces scénarios socialement prédéterminés (salutations, propos liés à notre rôle social, réponses dictées par les événements, etc.) qui contribuent à l'aspect superficiel de la relation participent aussi au bien-être des personnes. Ils guident l'action et réduisent le stress. Ils permettent de se laisser aller à suivre le rituel sans enjeux importants. Leur côté léger, répétitif, et même superficiel ne doit pas être interprété comme un manque de sincérité ou comme l'indice d'une relation recélant peu d'occasions de plaisir. Au contraire, le plaisir associé à l'aspect superficiel de ce type de relation fait intrinsèquement partie, dans une large mesure, des relations humaines. Pour illustrer nos propos, imaginons-nous un instant en train de jardiner. Un voisin que nous ne connaissons que très vaguement passe alors devant la maison. Sur un ton avenant, il lance un commentaire sur le travail d'entretien toujours à recommencer. Nous levons la tête, cessons le travail pendant

une minute, puis nous lui répondons sur un ton enjoué : « *Ah ça oui!, vous pouvez le dire! Avec une maison, il y a toujours un petit travail à faire.* » Dans ce genre de propos anodins, typiques des relations de bon voisinage, les partenaires éprouvent une certaine joie de vivre toute simple issue du plaisir d'être en relation. En fait, ces petits échanges sont souvent le lieu du plaisir quotidien à être en relation avec son entourage. Ils permettent de prendre plaisir à des situations où la relation est fortuite, non désirée et où l'implication est réduite à sa plus simple expression.

De plus, le *plaisir de surfer* conduit parfois à quelques surprises et informations nouvelles, notamment lorsqu'il se lie à des propos qui font sourire ou qui aiguisent la curiosité. Reprenons le cas des deux voisins qui entrent en contact pendant que l'un jardine. Après avoir engagé la conversation sur les soins nécessaires à un beau jardin, voilà qu'au hasard de leurs propos l'un apprend à l'autre une façon de contrôler la prolifération des racines près des canalisations alors même qu'un arbre de son parterre menace de boucher son renvoi. Dès lors, on passe d'une situation propice au plaisir du surf à une autre propice au plaisir de la danse. L'intérêt se déplace du simple maintien du contexte de bon voisinage vers le développement de la relation pour ce qu'elle peut offrir. Cependant, si aucun propos n'éveille la curiosité ou ne présente un intérêt quelconque, si l'échange demeure courtois et ne vise qu'à ne pas nuire à la relation de voisinage, alors, après un certain temps, le *plaisir de surfer* évoluera plutôt vers le *plaisir de se défiler*. On portera alors de plus en plus attention à des éléments extérieurs à la relation, comme un regroupement de gens plus loin dans la rue, l'habillement ou la manière de s'exprimer du partenaire ou un autre travail à faire dans le parterre. On s'amuse du contexte et des éléments périphériques à la relation.

La persistance du *plaisir de surfer* est limitée par le contexte qui le suscite. Une fois le contexte modifié, le *plaisir de surfer* disparaît. Lorsque la relation n'est plus déterminée par le contexte, alors le plaisir à être en relation se transforme. Si le désir de maintenir la relation s'est développé durant l'échange, on se dirigera peut-être vers les *plaisirs fusionnels* de la danse et de l'engagement. Par contre, si on a l'impression que le désir de l'autre s'est dissipé maintenant que le contexte a changé, alors on se dirigera peut-être vers les *plaisirs rebelles*. La durée du *plaisir de surfer* peut aussi évidemment être influencée par la réaction du partenaire. Si celui-ci ne « répond » pas au même niveau, si ses interventions ne permettent pas de conserver une certaine distance dans l'échange, s'il tente de sortir des balises imposées par le contexte, en abordant par exemple un sujet nécessitant une plus grande implication, alors le *plaisir de surfer* se dissipera. On cherchera son plaisir ailleurs. Ce plaisir pourrait consister à se défiler. Imaginons, par exemple, une rencontre fortuite de deux collègues dans l'ascenseur du bureau. L'un dit : « *Bonjour, comment ça va ?* » L'autre répond sur un ton irrité : « *Il y a un membre de ton équipe qui a foutu le bordel en envoyant un courriel à tout le monde!* » Il est alors fort probable que le *plaisir de surfer* laissera place à un certain malaise. Il y a un choix

à faire. Soit on prend plaisir à se défilier dès l'ouverture des portes de l'ascenseur, soit on se rebelle en prenant plaisir à lui répondre de manière critique, soit on cherche à relever le défi de maintenir la relation avec lui malgré le ton sur lequel il s'est adressé à nous et on l'invite à aller prendre un café pour éclaircir la situation.

De plus, à l'intérieur d'un même contexte, les manières de surfer de chacun varient selon les propensions personnelles. L'un sera porté à discuter d'un sujet neutre. Un autre cherchera à interroger et à faire parler son partenaire. Un autre tentera de le taquiner. Un autre encore se spécialisera dans les « hum ! hum ! », les signes de tête encourageants et les reformulations amenant à poursuivre la conversation, etc.

## Le plaisir de se défilier

Se sentir libre de partir. Ne pas être entravé par des obligations sociales. Être soulagé au sortir d'une situation où on se sentait obligé d'établir et de maintenir une relation non souhaitée est une manifestation du *plaisir de se défilier*. Pensons à l'amant ou à l'amante qui passe d'un flirt à l'autre. Après quatre ou cinq rencontres agréables, le partenaire suggère une sortie plus engageante, comme une visite dans sa famille ou un week-end avec un groupe d'amis. Le *plaisir de surfer* vole alors en éclats. Il ou elle cherche à éviter cet engagement, mais assez élégamment pour ne pas altérer la relation. Il s'agit ici du plaisir d'éviter un développement non souhaité tout en conservant les acquis. Le plaisir est alors associé à une « suspension » de la relation. Il ne s'agit pas de risquer la rupture avec l'autre comme cela peut être le cas avec les *plaisirs rebelles*. Le *plaisir de se défilier*, c'est dans l'exemple du cinq-à-sept le plaisir de reconnaître un visage connu dans la foule au moment où notre interlocuteur aborde un sujet délicat. C'est le plaisir de pouvoir dire : « *Excusez-moi, je viens d'apercevoir une collègue qui cherche à me joindre depuis quelques jours.* » Le *plaisir de se défilier*, c'est aussi le plaisir du « *Ouf ! Je m'en suis sorti !* »

Le *plaisir de se défilier* apparaît avec l'impression qu'il n'y a plus d'intérêt à poursuivre la relation telle qu'elle se présente. Il apparaît lorsqu'on a l'impression d'avoir fait le tour de ce qui devait être dit ou fait. Prenons l'exemple d'une conférencière. Elle a été invitée à prononcer un discours sur un sujet qu'elle connaît bien, mais par un organisme dont elle ignore tout. Elle a accepté malgré un emploi du temps très chargé, parce qu'elle croit que son employeur sera heureux de voir ses cadres sollicités pour leur expertise. La conférence se déroule très bien. Les auditeurs sont ravis. Une fois la conférence terminée, les organisateurs l'invitent à partager un repas avec eux. Elle accepte avec réserve, car ce genre de situation l'embarrasse, mais en raison de leur accueil, du succès de la conférence et de la situation générale elle décide d'accepter. Malgré sa réserve première, le temps passe somme toute assez agréablement durant le repas. Elle parle de choses et d'autres avec ses voisins de table. Bref, elle réussit assez bien à surfer. Mais voilà

que, de fil en aiguille, on l'invite à revenir pour de nouvelles activités, et même à s'impliquer au sein de leur organisation. Elle se sent coincée. Elle ne peut plus surfer. Elle souhaiterait bien se défiler. Elle cherche une occasion de le faire. Elle repense à son agenda. Elle l'utilise comme prétexte. Elle souligne combien il lui a été difficile de se libérer pour participer à cette conférence, mais que, cela lui tenant à cœur, elle a fait l'impossible. Malheureusement, son emploi du temps des prochains mois ne lui permettra pas de renouveler l'expérience. Elle quitte ses convives en bons termes, avec cette impression de s'en être sortie sans blesser personne. Naît alors intérieurement un petit sourire de soulagement.

Cette forme de plaisir accompagne la décision de suspendre la relation sans la rompre. Le plaisir vient du fait de réussir à s'extraire du contexte tout en conservant la relation. La stratégie consiste à la suspendre sans offenser l'autre en exploitant un prétexte ou la première occasion qui se présente. Le plaisir est de partir, sachant que l'on peut revenir. Parfois, l'occasion de se défiler plus tard est délibérément introduite d'entrée de jeu dès l'établissement de la relation. Dans l'exemple ci-dessus, la conférencière, anticipant l'invitation à dîner susceptible de suivre la conférence, aurait pu dès son arrivée annoncer une obligation qui la contraignait à partir assez tôt. Annoncer ainsi son départ à l'avance participe au *plaisir de se défiler* dans la mesure où son futur départ devient socialement plus acceptable et augmente la probabilité de n'offenser personne.

Étant donné son lien avec le contexte, le *plaisir de se défiler* est un plaisir généralement limité dans le temps. Il se trouve associé à des moments et à des interventions qui permettent de suspendre la relation. Il apparaît dès la préparation de la suspension, de la fuite, jusqu'à son actualisation. Sa durée demeure relativement brève par rapport à l'ensemble de la relation. Toutefois, il peut être récurrent. D'une rencontre à l'autre, d'une relation à l'autre, les mêmes stratégies de fuite peuvent se répéter avec le même plaisir.

Par ailleurs, le *plaisir de se défiler* n'est pas qu'une affaire de départ plus ou moins réussi. La suspension peut être virtuelle, c'est-à-dire que le *plaisir de se défiler* peut être associé à une suspension intellectuelle ou émotionnelle de la relation sans qu'on quitte cette dernière physiquement. Par exemple, lors d'une réunion de travail, le plaisir pourrait être de ne pas prendre position. Plusieurs demandent qu'on se prononce en faveur de l'une ou de l'autre des propositions avancées. On répond plutôt par une analyse des conséquences positives et négatives de chacune des propositions et on termine par un renvoi au groupe en disant quelque chose comme : « *Ça dépend maintenant des objectifs que nous voulons atteindre.* » On s'est retiré du débat en renvoyant la balle au groupe. On s'est défilé de la prise de position attendue tout en maintenant la relation avec les membres du groupe par sa contribution à l'analyse des conséquences. Avec cette intervention, la porte reste ouverte pour contribuer de nouveau au débat si on le désire. Pour visualiser le *plaisir de se défiler* sur le plan émotionnel, pensons à l'adolescent

obligé d'assister aux soupers familiaux. Bien que physiquement présent, il fuit la situation en ponctuant la conversation de « hum... hum... » et autres grondements qui lui permettent de souligner sa présence, même si sa tête est ailleurs. Autre exemple, un employé harcelé par son patron et qui n'a actuellement pas d'autres possibilités d'emploi voudrait bien démissionner, mais il ne le peut pas, car il ne veut pas se retrouver sans travail du jour au lendemain. Aussi reste-t-il, mais en ne faisant que le strict minimum de ce qu'on attend de lui. Il éprouve un certain contentement à se désengager de son travail et à ne faire que le minimum vital pour éviter d'être congédié. Il éprouve plus de plaisir à se désengager psychologiquement et émotionnellement qu'à maintenir cette relation conflictuelle.

Au-delà de cet exemple un peu sombre où le plaisir semble réduit à une peau de chagrin, le *plaisir de se défilier* est plus positivement associé au désir de retrouver une situation plus agréable. Le *plaisir de se défilier* accompagne le choix d'aller vers une autre relation ou de s'isoler d'une relation non désirée. Il est un plaisir orienté vers l'avenir.

# Les tactiques

---

Au-delà des spécificités explorées jusqu'ici, les différents types de plaisirs identifiés partagent certaines caractéristiques connexes à leur dimension spontanée ou volontaire. Ainsi, les quatre plaisirs centraux de la figure 3, les plaisirs *de danser avec l'autre*, *de relever le défi*, *de contrarier l'autre* et *de surfer*, ont été associés à des tactiques spontanées de recherche du plaisir, parce qu'avec ces plaisirs on agit sans véritable planification. Il s'agit de réactions immédiates directement liées au contexte et qui permettent de composer avec la situation telle qu'elle se présente ici et maintenant.

En associant ces types de plaisirs à des tactiques spontanées, nous voulons suggérer que le plaisir est inhérent aux interactions avec les autres. Désir, plaisir, interventions et situation relationnelle forment un tout indissociable. Comme nous l'avons vu dans de nombreux exemples, ils coexistent et s'influencent les uns les autres continuellement. Avec l'idée de tactiques, nous voulons aussi suggérer que chaque personne possède un répertoire de comportements qu'elle a appris et développés et qu'elle utilise régulièrement dans certaines situations bien précises. Il s'agit des interventions associées à des manières habituelles d'avoir du plaisir en relation. Ces manières d'agir et de réagir dans différents contextes sont propres à chacun. Par exemple, certains réagiront favorablement à un humour grinçant et ajouteront leur propre contribution, cherchant ainsi à danser avec l'autre. D'autres réagiront en interprétant cette situation comme un défi. Leur plaisir pourrait être de tenter d'amener l'autre à voir les choses autrement. D'autres encore trouveront futiles ces échanges de blagues qui ne les font pas vraiment rire. Leur plaisir pourrait consister à surfer en réagissant plutôt à d'autres éléments de la conversation. Finalement, certains pourraient interpréter le cynisme de l'autre comme un manque de respect à leur égard et prendre plutôt plaisir à contrarier cet humour qu'ils jugent inapproprié. Ainsi, on dira de certains qu'ils sont complices, d'autres

qu'ils sont compétitifs, rebelles ou distants. Ces étiquettes recouvrent alors un ensemble de comportements, d'attitudes et de plaisirs observés de manière récurrente par l'entourage de la personne.

L'idée de tactiques de plaisir souligne aussi que les plaisirs qu'on éprouve en relation avec certaines personnes dans des contextes particuliers ne sont pas que des réactions passives. Ces tactiques constituent des manières actives, sinon proactives d'être en relation. Mais ces manières d'être en relation se manifestent de façon spontanée, quasi automatiquement. La personne dira que c'est plus fort qu'elle, qu'elle ne peut s'empêcher de réagir de la sorte. Dans cet esprit, les tactiques n'exigent que peu d'attention de la personne. L'autorégulation y est faible au sens où la personne n'a pas à se surveiller ni à exercer de réel contrôle sur elle-même. Elle n'est pas centrée sur elle-même, mais sur la relation qu'elle entretient et sur ce que celle-ci lui apporte.

Ces caractéristiques rendent plus difficile l'identification de nos manières particulières de danser avec l'autre, de relever le défi, de contrarier l'autre et de surfer. En effet, on ne possède généralement qu'une représentation approximative de nos propres manières spontanées d'avoir du plaisir en relation, puisque avec ces tactiques peu d'énergie est consacrée à surveiller l'évolution de la relation. On agit et on réagit ici et maintenant. Partant, notre entourage est en meilleure position pour identifier nos manières récurrentes d'agir (nos tactiques) dans différentes situations. Aussi, interroger les autres, nos proches, ceux avec qui on a du plaisir à être en relation permet de recueillir des observations autrement inaccessibles. Parmi les questions possibles : « *Quand ai-je l'air d'avoir du plaisir ? Comment suis-je et qu'est-ce que je fais ou apporte dans la relation quand vous avez l'impression que je m'amuse ? Lorsque vous avez l'impression que je fais un effort, comment vais-je chercher le plaisir ?* » Bien sûr, l'entourage n'a pas accès à nos intentions et à nos désirs mais, du fait de sa position extérieure, il reste une riche et intéressante source d'information sur nos propres tactiques de plaisir spontanées.

# Les stratégies

---

Les quatre plaisirs, *de s'engager*, *de persévérer*, *de se libérer* et *de se défilier*, ont été présentés comme des stratégies volontaires de plaisir parce qu'ils sont associés à des ensembles de manières d'agir et de réagir plus complexes qui dépassent la stimulation immédiate. Ils sont dirigés vers l'avenir et s'étalent dans le temps selon les différents types de situations. Ils sont liés à l'effort de qui cherche à transformer une relation. On éprouve ces plaisirs lorsqu'on agit de manière à obtenir quelque chose à venir, à moyen ou même à long terme. Dans l'instant, on peut n'éprouver en fait qu'un plaisir relatif dans la relation telle qu'elle se présente. Le plaisir est plutôt lié à la poursuite de cet objectif. Rappelons qu'avec le *plaisir de s'engager* on vise à assurer la relation ou, du moins, à maintenir des conditions favorables à l'existence de cette relation et à augmenter cette sensation de faire un avec l'autre ou les autres. Le *plaisir de persévérer* n'existe quant à lui que par l'espoir et le désir d'établir ou de transformer une relation et d'en obtenir quelque chose. Avec le *plaisir de se libérer*, on vise à se libérer d'une relation non désirée avec une personne qui ne semble pas non plus la souhaiter. Finalement, avec le *plaisir de se défilier*, on cherche à s'éloigner physiquement ou psychologiquement d'un contexte obligé et aussi non désiré.

Ces plaisirs reposent sur une intention et sur sa mise en œuvre volontaire. Chacun de ces plaisirs consiste à agir en fonction d'un plaisir à venir. Ils exigent un effort, et la situation immédiate peut en elle-même comporter un inconfort, mais celui-ci demeure assujéti à un plaisir futur. Autrement dit, on supporte cet inconfort avec une relative aisance, sinon avec plaisir, dans la mesure où il est perçu comme temporaire et nécessaire. De plus, la stratégie déployée pourrait échouer. On prend le risque que la relation n'évolue pas dans le sens souhaité. Par exemple, le membre d'une équipe de travail prend le risque d'être rejeté par les autres membres de son groupe en s'opposant au consensus ambiant ou encore

en invitant ses collègues à tenir une réunion spéciale chez lui plutôt que dans les locaux habituels. Cette prise de risque volontaire ne se fera pas sans effort, ni sans inconfort. Mais la personne ressentira un certain bien-être dans la mesure où elle croit que le risque en vaut la peine, qu'à terme cela lui fera plus de bien que de mal. Si elle choisissait plutôt de persévérer dans ses tentatives pour les convaincre malgré les résistances qu'elle perçoit, cela ne se ferait pas non plus sans effort ni inconfort. Mais dans la mesure même où elle garde l'espoir de réussir à entraîner les autres dans sa direction, elle croira cet inconfort temporaire.

L'impression de prendre volontairement un risque, le risque d'échouer à faire évoluer la relation dans le sens souhaité est inhérent aux interventions plus complexes propres aux stratégies de plaisir. Cette impression de prendre un risque aide à différencier ces stratégies des premières tactiques associées à des interventions plus immédiates et spontanées. Avec les tactiques, on ne pense pas aux risques. On prend simplement plaisir à intervenir dans la situation. On est plus attentif et plus centré sur la relation que sur soi. Tandis qu'avec les stratégies on est plus en contact avec ses désirs qu'avec l'autre. On est habité par l'objectif poursuivi plutôt que par la situation telle qu'elle se présente à soi. On oublie ou on néglige de porter attention à l'autre. Cela aide à renforcer la motivation à prendre le risque. Par exemple, au moment où on décide de se laisser aller à livrer le fond de sa pensée, on est alors plus centré sur son propre plaisir et sur ses propres désirs que sur les réactions de l'autre.

Aussi, l'intentionnalité, le risque et l'effort inhérents aux stratégies de plaisir en relation ont pour conséquence que les plaisirs qui leur sont associés sont des plaisirs plus inhabituels que ceux associés aux tactiques. Ils sont aussi plus brefs. L'effort exigé par les stratégies limite leur répétition et leur durée. On ne peut ni les réitérer ni les maintenir indéfiniment. Par contre, l'aspect spontané des tactiques favorise leur récurrence. Ainsi, on peut prendre plaisir à danser longtemps avec l'autre parce que le plaisir de la danse repose sur des comportements quasi automatiques qui s'agencent sans effort. Tandis que la stratégie consistant à s'engager et à s'impliquer dans la relation est plutôt constituée de moments brefs qui demandent un certain effort : déclarations, gestes d'implication, cérémonies, etc.

Mentionnons, en terminant, que les stratégies de plaisir peuvent être volontairement élaborées, contrairement aux tactiques de plaisir qui, elles, se développent quasiment à l'insu de la personne. Les tactiques prennent place dans nos vies en partie sur la base de certaines propensions et en partie, comme toutes les habitudes, sur la base de nos succès et de nos échecs. Les stratégies peuvent quant à elle être développées et raffinées consciemment à partir d'une analyse de la situation et de nos manières de faire habituelles.

## Les passages *d'un plaisir à l'autre*

---

Pourquoi changer de type de plaisir ? Pourquoi et quand passer d'un plaisir à l'autre ? Selon le modèle présenté ici, chaque plaisir s'inscrit dans une situation donnée de désir ou de refus de l'un et de l'autre d'être en relation. Le plaisir s'émousse lorsque la relation se transforme. Pour se maintenir avec les changements qui affectent la relation, le plaisir doit aussi se transformer. Le passage d'un type de plaisir à l'autre suit, ou devrait suivre, la transformation de la situation relationnelle. Lorsque cette transformation ne se produit pas, on n'a plus de plaisir. Ne plus avoir de plaisir, c'est poursuivre un plaisir inapproprié au contexte.

Autrement dit, ne plus éprouver de plaisir dans une situation donnée est un indicateur que son interprétation de la situation ou de ses comportements n'est plus adaptée au contexte. Par exemple, on peut être amené à croire, à partir de notre perception d'indices non verbaux, que l'autre désire être en relation, alors qu'il ne le souhaite pas. On peut se croire en train de surfer, alors que ce que l'on exprime est perçu comme des critiques (parce que l'autre perçoit de l'ironie dans le détachement qu'on associait au *surfing*). À l'inverse, on peut avoir l'impression de danser avec l'autre pendant que l'autre prend plutôt plaisir à surfer en attendant une occasion de s'éclipser. Ce n'est pas parce qu'on a du plaisir à danser avec l'autre que l'autre a nécessairement du plaisir à danser avec nous. Et ce n'est pas parce qu'on pense que l'autre ne souhaite pas établir ou maintenir la relation que c'est vrai. Les sources d'erreurs sont nombreuses et les réajustements, nécessaires et continuels.

On peut concevoir le plaisir comme un mécanisme de réajustement continu, où le passage d'un plaisir à un autre dépend de l'attention qu'on porte à son propre plaisir et à la situation relationnelle. Aussi, être à l'écoute de son propre plaisir à être en relation avec l'autre, c'est en quelque sorte être en relation avec l'autre.

Ou, plus précisément, tenter d'être en harmonie avec l'état de la relation. Ainsi, lorsqu'on persévère dans des tentatives d'établir une relation avec une personne qui ne le souhaite pas, on éprouvera du plaisir tant et aussi longtemps qu'on croira la chose possible. On ne changera de forme de plaisir que lorsqu'on percevra la situation autrement ou, encore, lorsqu'on ressentira une baisse de son plaisir à intervenir. Tant qu'on ressent du plaisir, pourquoi changer ? Cependant, si le plaisir à être en relation diminue, cela conduit à vouloir effectuer un réajustement en fonction de l'état de la relation. On se dirige alors vers d'autres manières d'être et d'autres plaisirs possiblement mieux adaptés à la situation.

Toutefois, certaines situations sont ambiguës. On peut, bien sûr, se tromper sur les intentions de l'autre, sur l'incidence de ses propres interventions sur l'autre. Mais, plus encore, le désir et le non-désir d'être en relation peuvent coexister chez soi et chez l'autre quant aux différents aspects de la relation. On peut simultanément vouloir être en relation d'affaires avec quelqu'un et ne pas vouloir le côtoyer. On peut désirer un partenaire et être aveuglé par ce désir, c'est-à-dire ne pas percevoir les réactions de rejet de l'autre, par exemple. Dans ces situations, il est parfois difficile d'identifier les plaisirs à rechercher.

Quel plaisir rechercher ?

# Comment modifier la situation ?

---

Comment avoir du plaisir en relation avec les autres dans les situations où on a l'impression de ne plus en avoir ? Pour répondre à cette question, nous explorerons, à l'aide de cas concrets, les pistes d'intervention et les pièges associés aux quatre différentes situations relationnelles identifiées dans le tableau 1 :

- celle où le désir d'être en relation est perçu comme mutuel ;
- celle où on désire être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre ne le souhaite pas ;
- celle où on ne souhaite pas être en relation et où on croit que l'autre ne le désire pas non plus ;
- celle où on ne désire pas être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre le souhaite.

Pour chacune de ces situations, nous avons déjà exploré différentes manières de réagir qui apportent leur lot de plaisirs : *plaisir de danser avec l'autre, de relever le défi, de contrarier l'autre, de surfer* ou, encore, *plaisir de s'engager, de persévérer, de se libérer et de se défilier*. Que faire lorsque ces plaisirs s'émeussent ? Et pourquoi s'émeussent-ils ?

Les plaisirs s'émeussent jusqu'à disparaître purement et simplement, parce qu'ils s'inscrivent dans des situations relationnelles spécifiques et que la situation est quelque chose de mouvant et de dynamique. Ils peuvent perdurer tant que la situation s'y prête. Mais aucun n'est permanent. Lorsque la situation relationnelle change, elle appelle d'autres plaisirs. Au fur et à mesure qu'elle se transforme, avec par exemple l'arrivée d'autres personnes ou simplement sous la pression du temps qui passe, elle devient éventuellement propice à de nouveaux plaisirs. Maintenir les comportements associés à une situation disparue n'est plus source

de plaisir, au contraire. Par exemple, il y a peu de plaisir à continuer de contrarier quelqu'un dont l'attitude négative à notre égard a changé pour de l'indifférence ou, au contraire, pour de l'ouverture et de l'intérêt.

De plus, quels que soient la situation et le plaisir perçus, il faut se rappeler qu'il s'agit de la perception de la situation par l'un des partenaires. Comme nous l'avons vu précédemment, avoir du plaisir à se défiler n'implique pas nécessairement que l'autre cherche véritablement à nouer une relation ; avoir du plaisir à critiquer n'implique pas nécessairement que l'autre ait véritablement une attitude négative, etc. Ces plaisirs sont liés à la situation relationnelle perçue. Ainsi, on peut ne pas s'apercevoir du changement de situation, ou encore percevoir un changement là où il n'y en a pas. Tant qu'on ne perçoit pas de changement, le plaisir reste au rendez-vous, même si cette perception n'est pas partagée par l'autre. On peut ainsi avoir du plaisir à danser avec l'autre sans que ce plaisir soit réciproque. Aussi, l'accentuation de ces éventuels décalages entre les actions basées sur la situation relationnelle perçue par l'un et l'autre conduit à l'érosion du plaisir actuel à être en relation.

Mais comment savoir qu'il est temps de changer et de chercher une nouvelle forme de plaisir ? Qu'il serait souhaitable de changer de tactique ou de stratégie ?

Prenons le cas de Carole. Elle est cadre au sein d'une grande entreprise. Elle se voit confier le mandat de diriger un comité de coordination chargé de superviser un changement organisationnel important. Jusqu'à maintenant, l'entreprise fonctionnait en silo, c'est-à-dire que chaque groupe, chaque service était responsable de son secteur. Toutefois, la venue d'Internet et les activités de la concurrence obligent l'entreprise à mieux intégrer le travail de ses équipes de production. Le projet de changement dont elle est responsable nécessite la collaboration de nombreux employés répartis dans plusieurs unités administratives, car les changements envisagés exigent une remise en question des pratiques d'interaction en vigueur entre les unités. Les membres de son comité de coordination viennent de différents secteurs de l'entreprise. Plusieurs ne sont pas convaincus de la nécessité de l'opération. Certains n'y voient qu'un grand risque de perdre de leur autonomie et d'autres vont jusqu'à remettre en question l'existence même du comité.

Carole n'en est pas à sa première expérience de direction d'équipe. Normalement, lorsqu'elle accepte la responsabilité d'un projet, elle explique aux membres de son équipe les grandes lignes du projet et les objectifs à atteindre. Puis elle s'attend à ce que les membres embarquent dans l'aventure avec elle. Elle s'attend à un climat d'échanges réciproques. C'est sa manière de danser avec son équipe. Cette fois, elle a malheureusement l'impression que certains membres du comité ne veulent pas vraiment participer, même si d'autres lui apportent leur collaboration. La situation n'est pas claire. Aussi, elle maintient une attitude d'échange et de réciprocité. Toutefois, sa propension à chercher à danser avec ses collaborateurs se heurte à des résistances de plus en plus fortes. Elle fait des propositions de

complicité qui sont ignorées par le groupe. On la critique de plus en plus ouvertement et souvent devant tout le monde. Son plaisir s'émousse. Elle sent de la méfiance, sinon du rejet à l'égard de ses contributions. Aller travailler lui devient de plus en plus pénible. Chercher à danser avec ses partenaires accentue en quelque sorte sa frustration, sans compter que, ce faisant, elle se rend vulnérable aux critiques et renforce l'opinion défavorable de ses opposants. Globalement, elle se trouve dans une situation où elle souhaite être en relation avec l'ensemble des membres de son groupe, mais où elle croit qu'eux ne le souhaitent pas. Toutefois, elle aborde la situation comme si le désir d'être en relation était mutuel.

Au regard du plaisir à être en relation, Carole doit faire face à un piège de la recherche du plaisir dans ses relations avec les autres, c'est-à-dire ne pas agir en accord avec la situation relationnelle. Elle agit en fonction de ce qu'elle pense que la situation devrait être, ou encore en fonction de situations semblables qu'elle a déjà connues, plutôt qu'en fonction de la situation telle qu'elle se présente. Pour danser avec l'autre, comme Carole souhaiterait le faire, il faudrait qu'elle perçoive le désir d'être en relation comme étant globalement mutuel. Dès lors qu'elle commence à croire que certains ne le veulent pas, elle est piégée. Si elle maintient sa réaction première de chercher à danser avec son équipe, son plaisir sera gâché sans qu'elle puisse le remplacer par un autre.

Poussons plus avant cette illustration. En discutant avec une amie, Carole se rend peu à peu compte que la collaboration n'est pas acquise d'emblée. Elle perçoit de plus en plus le climat de résistance qui s'installe, mais elle n'arrive pas à faire son deuil du plaisir qu'elle aurait pu avoir si... (si un tel n'était pas si résistant, si un autre tolérait, si..., etc.). Par rapport au modèle présenté ici, elle prend conscience, à contrecœur, qu'elle se trouve dans une situation où elle a besoin d'être en relation avec les autres, mais où ceux-ci ne le souhaitent pas. Elle ne sait cependant pas quoi faire ni comment trouver du plaisir à travailler dans ce contexte.

Les premières questions que Carole pourrait se poser sont les suivantes :

- Est-ce que je désire maintenir ou développer la relation ? Est-ce que je considère avoir besoin de maintenir cette relation ? Est-ce que je crois que l'autre le désire aussi ?

L'enjeu est d'accepter la situation telle qu'elle se présente plutôt que telle qu'on voudrait qu'elle soit et d'agir ensuite conformément à cette lecture de la situation et non en fonction de ce que la situation devrait être.

Les questions suivantes à se poser seraient :

- Quels plaisirs pourrais-je explorer ? Quels plaisirs pourrais-je avoir au-delà du plaisir que je crois que je devrais avoir ? (Ici, danser avec son groupe, car la recherche de ce plaisir ne lui rapporte pour l'instant que frustrations et malaise.)

Pour répondre à cette dernière question et tenter d'identifier ces plaisirs potentiels, elle peut se demander ce qu'elle a déjà fait par le passé dans des situations similaires.

- Ai-je déjà fait face à ce genre de situation ? À quoi et comment ai-je pris plaisir ?

En y réfléchissant bien, elle réalise que, lorsqu'elle perçoit qu'on ne veut pas d'elle, son plaisir est spontanément de s'en aller, d'aller voir ailleurs, là où elle est appréciée. Ou, encore, elle peut réagir de manière très critique, sinon acerbe. Toutefois, elle s'interdit la première solution qui serait de s'en aller, de se défilier. Elle ne veut pas lâcher la direction du projet, car celui-ci et l'équipe impliquée lui sont imposés par le contexte. Elle risquerait de perdre son emploi, qu'elle n'est pas prête à sacrifier pour avoir un peu plus de plaisir à travailler avec quelques membres d'un comité de coordination parmi tant d'autres. Elle se sent en quelque sorte obligée de demeurer en relation avec ces personnes. Par ailleurs, elle sait d'expérience que son plaisir sera éphémère si elle se laisse aller à la solution des *plaisirs rebelles* qui serait d'user de réparties critiques ou cinglantes. Elle craint que la situation n'empire et ne devienne de plus en plus désagréable. De plus, si elle reste, elle a absolument besoin de la collaboration de tous les membres de l'équipe. Être prise dans une telle situation lui ferait perdre sa crédibilité auprès de plusieurs et son leadership en serait affecté. Elle se sent donc piégée, elle ne sait pas quoi faire.

Par rapport aux types de plaisirs examinés dans cet ouvrage, on pourrait dire que ses réactions spontanées de recherche du plaisir sont en premier lieu des *plaisirs fusionnels*. Carole a spontanément le désir de danser avec les membres de son équipe et de s'engager avec eux. Puis, parmi les pistes explorées, la première consiste à s'en aller. Plaisir qui se rapporte aux *plaisirs courtois*. Elle ne fait toutefois pas mention du *plaisir de surfer*. Seul le plaisir de s'en aller ou de se défilier est mentionné. Mais, en explorant cette possibilité, elle considère qu'elle ne peut pas non plus attendre simplement que ça finisse, en entretenant des relations polies et distantes. Cela ne lui ressemble pas. Elle ne veut pas faire semblant. La deuxième piste, son désir de répondre du tac au tac et de dire sa façon de penser à certains membres de l'équipe sans se soucier des conséquences, tient des *plaisirs rebelles*. Elle refuse aussi cette possibilité, parce que c'est elle qui est responsable de l'orientation et du travail du groupe. Elle ne veut ni risquer ni remettre en question l'ensemble du travail accompli pour une poignée d'employés récalcitrants.

Restent les *plaisirs audacieux*, le *plaisir de relever le défi* et celui de *persévérer*, qu'elle n'a pas évoqués. Ces plaisirs se présentent alors comme de nouvelles pistes à explorer. Elle pourrait se demander, par exemple, comment, dans les autres zones de sa vie ou à d'autres époques, elle a relevé des défis. Comment elle réussit à

persévérer dans des situations difficiles. Comment elle a déjà pris plaisir à s'obstiner à réussir. En répondant à ces questions, elle pourrait, par exemple, entrevoir qu'elle prendrait un certain plaisir à préparer des arguments qui démoliraient les critiques. Cela pourrait représenter un défi à relever. Toutefois, dans ce genre de réflexion, les mots peuvent eux aussi recéler leur part d'illusion. En effet, il ne s'agit pas ici véritablement du plaisir du défi, car elle ne chercherait pas à établir une relation avec ces employés récalcitrants. Son défi serait de les contrarier. Sous l'apparence d'un défi, Carole revoit en fait la piste de *plaisirs rebelles* qu'elle avait préalablement écartée, c'est-à-dire celle qui vise à contrarier ses opposants. Dans le contexte, les *plaisirs audacieux*, plus particulièrement le *plaisir de relever le défi*, consisteraient à amener les autres à s'intéresser au projet et à s'y impliquer.

Par conséquent, les questions qui se poseraient alors à Carole seraient les suivantes :

- Comment pourrait-elle prendre plaisir à intéresser au projet les membres du comité récalcitrants ?
- Comment dans son passé ou dans d'autres situations a-t-elle réussi à intéresser et à séduire des personnes hésitantes ?
- Comment y a-t-elle pris plaisir ?
- Comment pourrait-elle créer un contexte dans lequel les autres accepteraient de participer réellement aux activités du comité ?

Le défi serait d'amener les opposants à désirer quelque chose qu'ils ou qu'elles peuvent obtenir en étant en communication avec elle.

Évidemment, ce n'est pas en nommant la teneur du défi qu'elle sait comment le relever. L'idée est d'examiner dans les autres pans de sa vie ses manières de prendre plaisir à relever différents défis pour ensuite chercher à les adapter et à les appliquer à la situation actuelle.

En y réfléchissant, elle se rappelle avoir pris plaisir à intervenir dans une situation conflictuelle alors qu'elle occupait son précédent poste. Elle se rappelle avoir tenté de mettre en lumière et de faire voir aux uns et aux autres les apports des différents points de vue. En cherchant à appliquer cette manière de faire à sa présente situation, elle évalue qu'elle pourrait, par exemple, chercher à mettre en valeur les gains de chaque unité administrative, ou même de chaque personne individuellement, à participer ainsi que les pertes et les risques potentiels d'un boycott. Elle pourrait aussi « récompenser » les participants à cet exercice. En fait, en y songeant bien, plusieurs manières de relever le défi se présentent à Carole. Continuant à chercher de nouvelles pistes, celle-ci pense à aller voir comment fonctionnent les autres équipes ou encore à solliciter une intervention de la direction générale. La piste à retenir est celle qui suscite ce petit sourire intérieur caractéristique du plaisir à être en relation.

Entre les pistes issues de ses expériences passées et ses possibilités réelles dans sa situation, le mariage n'est pas toujours aisé. Pour choisir la piste à suivre afin de relever le défi relationnel posé par la résistance de certains à s'impliquer dans le projet, elle peut compléter son exploration en tentant de préciser les sources de plaisirs possibles à l'aide de questions telles que :

- Qu'aurais-je le plus de plaisir à obtenir d'eux : absence de boycott, participation retenue, implication enthousiaste ?
- En quoi me perçoivent-ils comme un apport pour eux ? Qu'est-ce qu'ils seraient heureux d'obtenir de moi ?
- Comment puis-je susciter leur intérêt ?

Dans tous les cas, Carole a un effort à fournir, puisque ses modes spontanés d'avoir du plaisir dans ce genre de situation ne semblent pas adaptés. La solution facile, celle de persévérer à vouloir danser avec les autres, n'est malheureusement pas ici la source de plaisir attendu. Il lui faudra s'efforcer de tenter l'inhabituel.

Maintenant, renversons les points de vue pour explorer la situation où on ne souhaite pas être en relation et où on croit que l'autre ne le désire pas non plus. Prenons le cas de Richard, un membre de l'équipe de Carole. Il fait partie de ceux qu'elle considère comme résistants et inutilement critiques. Richard est superviseur de l'équipe de contrôle de l'inventaire. Il représente son service au sein de ce comité chargé de la coordination du projet de changement organisationnel des protocoles d'interaction entre les unités administratives. Il participe aux réunions du comité à la demande expresse de son supérieur immédiat. Lequel semblait méfiant à l'égard du projet. Richard et son équipe ont aussi des hésitations quant à l'implantation de ce changement des pratiques. Ils se demandent ce que cela impliquera et en quoi le travail de l'équipe en sera affecté. En quoi seront-ils gagnants ou perdants ? Il perçoit Carole comme une vendeuse qui n'écoute pas ses interlocuteurs. Il ne la croit pas véritablement intéressée au quotidien des gens qui auront à travailler avec les nouvelles procédures. Il la croit surtout intéressée par son autopromotion et désireuse de faire passer son projet coûte que coûte afin de préserver son image au sein de l'entreprise. Bref, il n'est pas particulièrement désireux de travailler avec Carole. Dans ce contexte, Richard n'a évidemment pas envie de répondre aux invitations à la collaboration qu'elle lui lance instamment. Il n'est pas question de danser avec quelqu'un qu'il perçoit comme ne s'intéressant pas à son travail ni à celui de son équipe. Mais Richard ne peut pas non plus l'ignorer ou la laisser faire, car le travail du comité de coordination pourrait avoir des répercussions importantes sur la vie quotidienne de son équipe. Donc, pas question de surfer ou de se défilier. Par ailleurs, sa réaction habituelle lorsqu'il fait face à des difficultés au travail est de les considérer comme un défi à relever. Il profite généralement des manifestations de résistance pour argumenter et mieux faire valoir son point de vue. Mais dans ce cas-ci, chaque fois qu'il avance une idée, il a l'impression que Carole se sent remise en question. Il croit qu'elle pense

qu'il veut prendre sa place ou lui nuire. Il a beau déployer tout son talent pour tenter de la sensibiliser aux préoccupations des employés de premier niveau, rien n'y fait : il la sent se crispier davantage. Plus il essaie, plus il sent ses chances de succès s'éloigner en même temps que son plaisir à participer. Il se sent coincé et de plus en plus maussade à l'idée d'aller à ces réunions.

Bien qu'il soit porté à aborder la situation comme un défi à relever, Richard en vient finalement à souhaiter ne pas être en relation avec Carole et à croire qu'elle-même ne souhaite pas non plus être en relation avec lui. Comment avoir du plaisir dans ce type de situation ? En examinant des situations antérieures similaires qu'il a dû affronter, Richard se rappelle avoir déjà réagi en défiant l'autorité, en faisant des contre-propositions et en défendant avec détermination d'autres méthodes et façons de faire. En y réfléchissant bien, Richard constate que ces stratégies tiennent aussi de sa propension à relever les défis qui se présentent à lui. En défiant l'autorité, en formulant de nouvelles propositions, il tentait de rallier les gens à son point de vue. Stratégie qu'il a déjà essayée avec Carole, avec pour seul effet de l'irriter et de détériorer davantage leur relation. Alors que faire ? Par rapport à la typologie des plaisirs en relation, Richard a exclu les *plaisirs fusionnels*. Pas question de danser ou de s'engager avec Carole. Il a aussi exclu les *plaisirs courtois*. Pas question de se défilier ou de la laisser faire ce qu'elle veut. Il a tenté sans succès de faire preuve d'audace en essayant de relever le défi posé par son attitude. Il a même persévéré un certain temps dans ses efforts, mais là, rien ne va plus. Restent donc les *plaisirs rebelles* auxquels Richard n'a pas fait allusion, parce que contrarier les autres pour le plaisir ou se déchaîner contre quelqu'un n'est pas pour lui. Pourtant, devant le cul-de-sac dans lequel il se trouve, ces derniers *plaisirs rebelles* constituent une piste qu'il n'a pas encore explorée dans sa relation avec Carole. Mais comment explorer cette piste tout en respectant ses réserves à l'égard de cette stratégie ? Comment pourrait-il prendre plaisir à contrarier Carole dans ses projets tout en ayant l'impression de rester fidèle à lui-même et de bien faire son travail ?

En discutant du projet de changement des pratiques organisationnelles avec ses collègues, Richard se rend compte que plusieurs effets potentiellement négatifs n'ont pas été pris en considération jusqu'à maintenant au sein du comité. En repensant aux réunions, il croit qu'il pourrait prendre un certain (malin) plaisir à nommer les obstacles et les divers effets négatifs et positifs que pourraient avoir les changements proposés. Il ne s'agirait plus de chercher à proposer d'autres solutions, ni de rallier les autres à son point de vue. Il ne considère plus la situation comme présentant un défi à relever, mais plutôt comme une occasion de simplement affirmer son point de vue et sa différence. Parti sur cette lancée, Richard sent monter en lui une certaine colère. Aussi, si ça ne marche pas, si le projet va de l'avant sans considération pour les réserves qu'il a exprimées au nom de son groupe, il envisage de s'en référer directement à la haute direction. Il songe même à se laisser aller à dire ce qu'il pense réellement de ce projet. Y penser lui fait du

bien, un sourire lui monte aux lèvres, mais en même temps il n'aime pas cette solution. Il revient à l'idée d'exprimer fermement ses critiques, sans plus. Ce n'est pourtant pas la solution idéale. Il éprouve encore un désir de proposer d'autres manières d'envisager le changement des procédures au sein de l'organisation. Toutefois, cette dernière piste ne fonctionne pas avec Carole. À terme, la voie de l'affirmation critique lui paraît recéler plus de plaisir que tout ce qu'il a essayé jusqu'à présent.

Changeons de contexte pour explorer la dernière situation, celle où on ne désire pas être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre le souhaite. Prenons le cas de José. Son amoureux, Léa, lui demande de l'accompagner chez ses parents à l'occasion d'une soirée familiale. José n'a pas d'emblée le goût d'aller visiter ses beaux-parents. Ses dernières visites lui ont laissé une mauvaise impression. Pourtant, ils sont gentils, ils lui posent des questions et ils semblent s'intéresser à lui. Mais lui n'a rien à leur dire. Il les perçoit comme des personnes écologiquement inconscientes qui gaspillent tout et ne récupèrent rien, qui ne soutiennent aucune cause sociale et qui ne s'impliquent dans rien. Bref, il les perçoit aux antipodes de ses champs d'intérêt. Avec cette demande de Léa, il anticipe une longue soirée ennuyeuse. Il lui paraît bien difficile d'échanger sur des sujets importants, et encore plus difficile de s'engager dans une discussion de fond avec ces gens. Il est impensable de partager des *plaisirs fusionnels* avec eux. Tenter de les intéresser à une cause est tout aussi inimaginable. Il a, par exemple, déjà tenté à plusieurs reprises, toujours sans succès, de discuter avec eux de préoccupations écologiques et de pratiques de récupération et de recyclage. Il estime donc maintenant qu'il ne vaut pas la peine d'essayer de nouveau. Les *plaisirs audacieux* ont fait leur temps. Quant aux *plaisirs rebelles*, il se les interdit d'emblée à cause de sa relation avec Léa. En effet, celle-ci entretient une bonne relation avec ses parents et les voit régulièrement. Aussi, les contrarier ou se laisser aller à les critiquer ouvertement mènerait inévitablement à des tensions dans sa relation avec Léa. Il n'est pas question qu'il affecte sa relation avec elle pour se faire un petit plaisir avec ses parents. Cela n'aurait pas de sens à ses yeux.

Il ne lui reste donc en types de plaisirs possibles que les *plaisirs courtois*: surfer ou se défiler. L'idée de se défiler élégamment est sans doute la solution la plus attrayante aux yeux de José. Trouver une excuse socialement acceptable pour éviter d'aller chez les parents de Léa n'est pas vraiment difficile (un examen à préparer, un appel imprévu au travail, une réparation à faire, etc.). De plus, cela est facilité par le fait que Léa pourrait être aisément convaincue de se faire sa complice, car elle n'aime pas beaucoup voir son copain tendu et malheureux. Cependant, une telle solution ne peut être que provisoire. À long terme, José ne pourra pas échapper à quelques réunions familiales. Autrement, le prix social (tensions avec les beaux-parents et avec Léa) serait trop élevé. Quel plaisir avoir dans ces circonstances? Le *plaisir de surfer* au gré des conversations, le plaisir lié à ce que les

anglophones appellent le *small talk*. Bien sûr, aux yeux de José, ce plaisir n'a pas tellement d'intérêt. Il n'a pas l'intensité d'une discussion politique. Toutefois, José admet que se laisser aller à ce plaisir simple d'entretenir la conversation pourrait apporter une détente dans ses relations avec la belle-famille, détente que les autres pistes explorées jusqu'ici ne lui offrent pas. Par ailleurs, en repensant aux nombreuses soirées passées avec ses camarades à échanger sur leurs sujets de révolte et leurs projets d'intervention, José réalise qu'une bonne partie des échanges ne sert là aussi qu'à entretenir les liens émotionnels qui les unissent. Il en conclut que la meilleure stratégie consiste à procéder à une exposition à petite dose et à chercher à prendre plaisir à entretenir de bonnes relations avec son beau-père et sa belle-mère. Puis il tâchera d'éviter ces situations aussi souvent que possible de manière à préserver sa capacité à y prendre plaisir.

En somme, dans une situation difficile, la première opération à mener est sans doute de procéder à une réévaluation de la situation.

- Désire-t-on vraiment être en relation ? Peut-on se passer de cette relation ?
- Croit-on que l'autre souhaite être en relation ? A-t-il besoin de cette relation ?

La raison de cette opération tient au fait que l'étiollement du plaisir à être en relation peut être attribué à une inadéquation entre le type de plaisir recherché, les actions accomplies et la situation relationnelle dans laquelle on se trouve.

Le type de plaisir recherché spontanément ou volontairement est lié à l'interprétation de la situation relationnelle, c'est-à-dire à la lecture de son propre désir d'être en relation et à celui de l'autre. Trop souvent, on agit plutôt en fonction de ce qu'on voudrait qui soit plutôt qu'en fonction de ce qui est. On ne voit pas, on ne prend pas en considération les divers indices qui nous permettraient d'évaluer le désir de l'autre ainsi que les contraintes et possibilités liées à la situation. De plus, des attentes à l'égard de l'autre sont associées à cette lecture erronée de la situation. Forcément, les comportements de l'autre s'écarteront de ce qui est attendu.

Par ailleurs, il n'est pas si facile de « lire » une situation relationnelle. On n'a pas accès au monde intérieur de l'autre. En fait, on ne perçoit même pas tous les indices. Beaucoup de faits et gestes échappent à l'attention consciente. De plus, dans le feu de l'action, chacun fait son possible. D'autant qu'une bonne part des interactions reposent sur des habitudes acquises et des pratiques socialement normées. Comme on l'a vu, la disparition du plaisir dans une relation peut en grande partie être attribuée à l'inadéquation des habitudes acquises et des pratiques sociales à l'œuvre dans un contexte interpersonnel donné. Celles-ci définissent les réactions spontanées et elles précisent les manières de chacun *de danser avec l'autre, de relever le défi, de contrarier l'autre et de surfer*. Lorsque les habitudes et les pratiques en place ne sont pas en harmonie avec la situation relationnelle, elles deviennent inefficaces à maintenir le plaisir. Par exemple, on cherche à danser

avec quelqu'un qui ne souhaite pas être en relation avec soi (parce qu'on aime danser). Pire, on cherche à s'engager (parce que c'est ce qu'on croit qu'on devrait faire). Ou on fait des efforts pour convaincre et rallier l'autre (parce qu'habituellement cela fonctionne), alors qu'on souhaiterait plutôt pouvoir éviter cette relation. Ou, encore, on critique et on contrarie quelqu'un qui souhaite établir ou maintenir une relation positive (parce qu'on croit l'inverse), etc.

Dans ces situations, le plaisir diminue jusqu'à être remplacé par un inconfort, un malaise tenace qui attire l'attention. Cet inconfort signale que les manières habituelles ne fonctionnent plus. Elles ne procurent plus de plaisir à être en relation avec l'autre. Et on ne sait pas spontanément quoi faire. C'est alors qu'une intervention volontaire basée sur une lecture consciente de la situation peut aider à retrouver le plaisir à être en relation.

La première démarche à entreprendre, après avoir analysé la situation relationnelle et évalué le désir de l'un et de l'autre à être en relation (voir le tableau 1), est de faire le tour de différentes situations similaires déjà vécues. Comment y avait-on pris plaisir ? De quel type de plaisirs s'agissait-il ? En quoi notre habileté à susciter ces plaisirs pourrait-elle orienter notre action dans la présente situation difficile ? De quelle manière ces plaisirs pourraient-ils s'exprimer et se concrétiser ?

Après cet inventaire des tactiques et des stratégies de plaisirs connues, on procède à l'évaluation de leur pertinence dans le présent contexte. Sont-ils appropriés et adéquats par rapport à la situation relationnelle ? Lesquels suscitent un petit sourire intérieur parfois timide, quasi coupable et qu'on hésite à partager (et parfois même à s'avouer) ? Lesquels exclut-on ? L'objectif de cette opération est d'explorer les différentes avenues possibles pour changer notre façon d'agir, de manière à nous diriger vers plus de plaisir. Cette étape demande un effort. L'intervention devient volontaire et stratégique.

En somme, la recherche du plaisir exige à la fois :

- 1) de reconnaître son désir ou son absence de désir d'établir, de maintenir ou de transformer la relation ;
- 2) d'identifier le désir ou l'absence de désir qu'on attribue à l'autre ;
- 3) d'identifier les plaisirs présents dans la relation actuelle ;
- 4) d'explorer les plaisirs possibles (les différentes tactiques et stratégies envisageables) ;
- 5) de choisir les stratégies les plus compatibles avec ce qu'on sait faire et la situation relationnelle.

Simple à énoncer, ce processus n'est pas nécessairement facile à mettre en œuvre. Par exemple, il peut être difficile d'identifier le plaisir à rechercher dans une relation où l'autre ne semble avoir aucun intérêt pour nous. De même, il peut être difficile de reconnaître le plaisir éprouvé à contrarier quelqu'un. D'autant qu'aller

à l'encontre de l'autre mobilise une certaine forme de combativité qu'on n'associe peut-être pas spontanément au plaisir. De plus, il peut être difficile de comprendre et d'accepter le plaisir de l'autre. Comment peut-il prendre plaisir à persévérer malgré les rebuffades? Comment peut-elle entretenir une relation qui l'ennuie? Comment peut-il prendre plaisir à commenter le travail de quelqu'un qui ne s'intéresse pas au sien? Finalement, mettre en œuvre une nouvelle manière d'agir n'est pas aisé et représente un risque par rapport à la sécurité des tactiques et des stratégies déjà connues.



## En somme...

---

Après avoir défini le plaisir comme un bien-être qui porte à l'action, nous avons montré que le plaisir des partenaires de la relation est défini par la rencontre des perceptions et des manières d'être de chacun. Cette rencontre donne naissance à quatre grands types de situations relationnelles : la première situation est celle où le désir d'être en relation est perçu comme mutuel ; la deuxième est celle où on désire être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre ne le souhaite pas ; la troisième est celle où on ne souhaite pas être en relation et où on croit que l'autre ne le désire pas non plus ; et, finalement, la dernière est celle où on ne désire pas être en relation avec l'autre, mais où on croit que l'autre le souhaite. Pour chacune de ces situations nous avons identifié un grand type de plaisir, respectivement : *les plaisirs fusionnels*, *les plaisirs audacieux*, *les plaisirs rebelles* et *les plaisirs courtois*.

Les *plaisirs fusionnels* regroupent les plaisirs liés au fait d'aller vers quelqu'un qui vient vers soi. On fait un avec l'autre. Les *plaisirs audacieux* correspondent aux plaisirs liés aux interventions permettant d'établir, de maintenir ou de transformer une relation malgré le peu d'intérêt perçu chez l'autre. On séduit, on rallie. Les *plaisirs rebelles* correspondent quant à eux aux plaisirs de s'affirmer au sein d'une relation où on se sent non désiré, sinon rejeté. On critique, on s'affirme. Les *plaisirs courtois* regroupent les plaisirs liés au maintien de relations perçues comme obligées par le contexte. On garde poliment ses distances.

L'exploration des interventions spontanées et volontaires liées à ces grands types de plaisirs a permis de préciser huit manières de rechercher le plaisir en relation avec l'autre ; quatre tactiques spontanées et quatre stratégies volontaires. Les quatre tactiques correspondent aux plaisirs *de danser avec l'autre*, *de relever le défi*, *de contrarier l'autre* et *de surfer*. Les quatre stratégies correspondent quant à elles aux plaisirs *de s'engager*, *de persévérer*, *de se libérer* et *de se défilier*.

Prendre plaisir à danser avec l'autre, c'est pouvoir se laisser aller sans effort ni retenue dans une relation où on perçoit l'autre comme étant aussi à l'aise que soi. Relever le défi, c'est être stimulé par la résistance de l'autre. Contrarier l'autre, c'est prendre plaisir à bloquer une interaction qu'on perçoit comme néfaste. Finalement, surfer, c'est le plaisir des petits échanges qui favorisent le maintien de bonnes relations. Sur le plan des stratégies, s'engager, c'est le plaisir de s'impliquer et d'approfondir une relation. Persévérer, c'est le plaisir de l'effort et de l'espoir d'obtenir ce qu'on désire. Se libérer, c'est prendre plaisir à se laisser aller sans songer aux conséquences. Enfin, se défiler correspond au plaisir d'éviter une relation non désirée.

Au-delà des caractéristiques propres aux huit différents plaisirs identifiés, on gardera à l'esprit que les variations individuelles des manières d'avoir du plaisir en relation sont infinies et colorent les observations générales faites à leur égard. Chacun a son idiosyncrasie propre, chaque contexte est unique et toute relation traverse plusieurs contextes. Aussi, l'expression de ses plaisirs à être en relation est toujours particulière.

Mais, qu'est-ce que  
*tout cela nous apprend ?*

---

Pour répondre à cette question, nous avons adopté un point de vue personnel à la manière du lecteur ou de la lectrice qui découvre ce modèle du plaisir en relation. Nous nous sommes interrogés sur ce que nous avons nous-mêmes appris au cours de son élaboration. Nous avons tâché d'identifier ce que ce travail de réflexion sur le plaisir nous avait personnellement apporté. Nous avons cherché au-delà de l'idée centrale du modèle. Idée selon laquelle le plaisir en relation est contextuel et fonction du désir des uns et des autres. Ainsi, au-delà de cette idée maîtresse et de la typologie des plaisirs qui en découle, que retenons-nous ? Nous retenons que le plaisir en relation est aussi une affaire de choix qui demande des efforts, des renoncements et une ouverture.

## Des efforts

---

Le plaisir à être en relation avec les autres n'est pas le fruit du hasard. Il est intimement lié à l'ensemble de nos manières d'être en relation avec ces autres. Celles-ci offrent généralement un certain plaisir. Toutefois, lorsque l'autre ne répond pas de la façon prévue, le plaisir se dissipe. Le maintenir ou le raviver exige un effort. Les tactiques spontanées ne suffisent plus. Plus précisément, deux types d'efforts peuvent être fournis. Le premier s'inscrit dans les suites des premières tactiques spontanées. On s'efforce alors de faire plus et mieux que ce qu'on faisait déjà. On passe de la danse à l'engagement, du défi à l'obstination, de la contrariété à la libération, du surf au défilement. Le deuxième type d'effort consiste à tenter de changer de type de plaisir au profit d'un autre qui semble plus approprié à notre compréhension de la situation. Il s'agit de s'efforcer d'adapter nos comportements à notre lecture des désirs perçus chez l'autre. Ainsi, on pourrait passer du *plaisir*

*de contrarier l'autre au plaisir de relever le défi, du plaisir de persévérer au plaisir de se défilier ou du plaisir de s'engager au plaisir de se libérer, etc.* Tout cela en fonction de notre propre désir d'être en relation avec l'autre et de notre perception du désir d'être en relation de l'autre.

Le paradoxe de ce type d'effort est qu'il repose sur une acceptation de la « réalité » telle qu'elle est perçue qui conduit à changer la définition de la situation. En arrêtant de vouloir que la situation soit autre que celle qu'on perçoit, en arrêtant de vouloir que l'autre ne soit pas indifférent, en arrêtant de souhaiter que l'autre soit moins insistant, en acceptant d'ajuster son comportement en conséquence, on change la situation, et le désir des uns et des autres peut alors évoluer vers de nouveaux plaisirs.

Pour réussir ce changement, il faut faire l'effort de sortir du « *moi j'ai du plaisir comme ça et je suis incapable d'en avoir autrement* ». Il s'agit de faire l'effort de sortir de notre zone de confort habituelle pour expérimenter volontairement des manières d'être qui peuvent, de prime abord, sembler inconfortables. La question préalable est : Est-ce qu'on veut prendre plaisir à la situation telle qu'elle se présente plutôt que telle qu'elle devrait être à nos yeux ?

## Des renoncements

---

Le premier et le plus grand renoncement est, comme on vient de le voir, de cesser de vouloir que la situation soit autre que celle qu'on perçoit. Il s'agit là d'un deuil plus grand que le plaisir anticipé. Dans le jeu des pertes et des gains, le plaisir de refuser la situation telle qu'elle est perçue apparaît parfois, sinon souvent, plus grand que les plaisirs potentiels d'un éventuel changement dans nos manières d'être en relation. Même lorsque la situation apparaît intenable, la changer comporte une part de perte pas toujours facile à assumer. Ainsi, le plaisir de s'acharner à développer une relation non désirée peut être perçu comme plus sûr et plus tangible que les plaisirs associés à relever le défi ou à se laisser aller dans la situation. Par exemple, la personne qui s'acharne sans succès à développer une relation cordiale avec un collègue qui ne répond pas éprouvera une perte si elle essaie d'agir de manière à contrarier l'autre plutôt que de chercher à lui plaire. Elle pourrait découvrir le plaisir qu'il peut y avoir à cesser de faire attention à l'autre. Mais cela ne l'empêchera pas nécessairement de regretter le plaisir qu'elle éprouvait à essayer de lui plaire.

Dans le même esprit, le second renoncement nous semble être la perte de magie associée à l'idée d'avoir à faire un effort pour avoir plus de plaisir en relation. D'une part, on voudrait avoir spontanément du plaisir avec tout le monde dans toutes les situations. D'autre part, on associe le plaisir à être en relation au hasard des rencontres et à la chimie naturelle des êtres. Dans les deux cas, renoncer à

ces aspects extraordinaires du plaisir constitue une perte si grande que le simple fait de penser à faire un effort pour avoir du plaisir peut apparaître comme une aberration.

## Une ouverture

---

L'ouverture, c'est accepter de voir d'autres plaisirs que ceux associés à nos manières habituelles d'être en relation. C'est accepter de sortir de ses ornières et tolérer l'impression de ne plus être soi-même, de tolérer l'inhabituel. Il s'agit de risquer l'inhabituel et de tolérer la peur de ne pas être soi-même.

Toutefois, pour faire de cette ouverture un réel plaisir, nous croyons qu'il faut tenir compte de ce que l'on est ou croit être. Le risque d'agir à l'encontre de ses propres procédés ordinaires doit être pris en tenant compte de ses expériences passées et de ses aspirations futures. Il faut risquer en tenant compte de qui on est, de ses tactiques et stratégies habituelles. Il faut se demander comment être bien dans cette situation. Et, simultanément, s'efforcer de regarder les plaisirs potentiels plutôt que les désagréments. Pour ce faire, il faut être à l'écoute du sourire intérieur associé à l'émergence du plaisir. S'ouvrir à de nouveaux plaisirs en relation devient synonyme d'étendre son répertoire d'interactions avec les autres. De nouvelles manières de faire entraînent de nouveaux plaisirs et vice versa.

## Une affaire de choix

---

Finalement, la principale conviction avec laquelle nous terminons cet ouvrage est que la recherche du plaisir est essentiellement une affaire de choix. Choix de prendre plaisir ou non à la situation.

Le choix consiste à orienter son action en fonction de sa lecture de la situation relationnelle dans laquelle on se trouve. Il consiste à tenter de nouvelles actions ou de nouvelles attitudes qui pourraient être source de plus de plaisir à être en relation avec l'autre. Ne pas choisir, c'est faire comme toujours et reproduire des comportements habituels et confortables dans lesquels on se reconnaît, mais qui ne produisent pas toujours le bien-être escompté. Choisir d'agir en fonction de la situation relationnelle telle qu'elle est perçue plutôt que telle qu'elle est souhaitée permet de dépasser les « *je n'ai pas le choix, je suis fait comme ça* » ou les « *je ne peux pas changer l'autre ou la situation* », ou toutes autres phrases incarnant les limites liées à nos tactiques et à nos stratégies habituelles. Choisir permet de dépasser nos habitudes. Cela permet de cesser d'être victime de la situation ou de soi ou de l'autre. Le choix s'impose évidemment avec plus d'acuité lorsque nos manières d'être spontanées commencent à susciter plus de désagréments que de plaisirs et que l'on peut anticiper l'émergence de ces nouveaux plaisirs.

Le modèle que nous avons développé ici montre que le plaisir en relation n'est pas quelque chose qui nous tombe du ciel. En effet, au-delà des premiers plaisirs étroitement liés à nos tactiques spontanées de composer avec le contexte immédiat, le plaisir est lié à notre action sur la situation. On se donne du plaisir dans le contexte et en modifiant cette situation. On s'acharne, on se libère, on se défile ou on s'engage. Dans tous les cas, on choisit d'agir de telle ou telle manière qui sera source de plaisir ou non.





*Le plaisir* naît de notre interaction avec le monde, mais aussi de notre relation avec les autres. Il n'est pas quelque chose qui nous tombe dessus. C'est un bien-être qui se crée dans l'action et qui porte à l'action.

Plaisirs fusionnels, audacieux, rebelles ou courtois: les auteurs exposent des tactiques et des stratégies de communication autour de ces quatre types de plaisir relationnel afin de donner un sens à nos manières d'interagir avec les autres.

En pratique, cette approche permet d'identifier les plaisirs offerts par une situation donnée et d'explorer de nouvelles manières d'être en relation.



PIERRE MONGEAU est professeur titulaire en communication sociale au Département de communication sociale et publique de la Faculté de communication de l'Université du Québec à Montréal.



JACQUES TREMBLAY est titulaire d'une maîtrise en psychologie avec option en développement organisationnel. Il intervient depuis 1978 comme formateur et consultant. Il est président de la firme Consultation et formation en gestion Jacques Tremblay.

PUQ.CA



ISBN 978-2-7605-3236-6