

Entre collègues et amitiés : trouver la juste distance



PauseMeta

Quand prendre une pause permet l'envol

J'y vais ou je n'y vais pas?

- "Salut Anna. Tu viens? On va boire un verre avec les collègues, histoire de décompresser.
- Je serais bien venue, mais je dois rentrer à cause des enfants. Peut-être une prochaine fois.
- Ok, comme tu veux. Mais c'est dommage, car la dernière fois, on a bien rigolé."

Faut-il, oui ou non, participer au repas des collègues du bâtiment à l'approche des fêtes? La sortie bowling est-elle nécessaire pour tisser des liens dans le cadre professionnel? Ce sont des questions que je me suis posées à plusieurs reprises durant ma carrière et qui me sont posées également dans le cadre des accompagnements professionnels. C'est donc un sujet qui me trotte dans la tête depuis longtemps et j'ai décidé de m'y pencher plus sérieusement dans cet article.

Le milieu scolaire : un terrain relationnel dense

Le milieu de l'enseignement est constitué d'un réseau relationnel très étendu avec différentes personnes: les enfants, bien entendu, et leurs parents, mais aussi les membres de la direction, les personnes qui gèrent l'intendance des bâtiments, les services publics tels que les responsables de la commune, les chauffeurs des transports en bus, les éducateurs en milieu scolaire ou ceux des structures parascolaires, les psychologues et autres thérapeutes, et bien sûr les collègues enseignants. Il est attendu de la part de l'enseignant, en tant que professionnel, qu'il s'adresse de manière appropriée en s'adaptant à la personne qu'il a en face de lui. Tout naturellement, l'humain a envie de se rapprocher de ses pairs pour se savoir entendu et soutenu, car dans les autres relations professionnelles, un effort doit être fait pour s'entendre, les réalités professionnelles et les enjeux étant bien souvent bien différents. Le temps passé avec les collègues enseignants est plus ou moins long selon le pourcentage d'enseignement et les moments informels comme les pauses de repas et les échanges après les cours, plus ou moins fréquents selon les contextes et les endroits. A plusieurs reprises, je me suis demandée où était la frontière entre le fait d'être collègue ou d'être ami. Y en a-t-il une? C'est mon amie ou ma collègue avec qui je vais manger au restaurant au mois de juillet, au début des grandes vacances ? Y aurait-il des amitiés professionnelles?

Quand les liens se créent... ou pas

Au fil des collaborations et des temps d'échanges informels, tout naturellement les discussions glissent sur les sujets plus personnels, sur le contexte familial et les centres d'intérêt et de loisirs des uns et des autres. C'est normal, car une proximité est présente. Des liens se nouent, des interactions se font plus ou moins sereinement et des affinités renforcent ou non certaines relations. Au fil des événements et de l'intensité de ce qui est vécu au quotidien dans les classes, les enseignants cherchent des espaces de "décharges", de soutien et de conseils. Tous ces échanges participent à la dynamique d'équipe, la dynamique de travail. Ils renforcent un sentiment d'appartenance. Ou pas. Car pour certaines personnes, c'est difficile d'entrer dans ces liens pour différentes raisons. Par exemple, le groupe est très soudé et la personne arrivant plus tard "ne se sent pas dans le coup", ou bien la personne vit un contexte personnel ne lui permettant pas d'investir du temps et de l'énergie pour ces relations-là ou bien encore pour tout autre raison le contact "ne passe pas bien". Les relations entre pairs sont donc vécues de manière soutenante, encourageante et positive pour certains. Pour d'autres, elles sont sources de tensions, de stress voire même d'inquiétudes.

Quand l'amitié ne survit pas au changement de contexte

Je me rappelle qu'au début de ma carrière, je me suis investie dans les relations avec mes collègues. J'avais une vingtaine d'années et j'étais en recherche d'agrandir mon cercle relationnel. J'avais de nombreux amis autour de moi, pas forcément enseignants, et j'avais besoin d'avoir des échanges avec mes pairs. Étant célibataire et sans enfant à ce moment, j'ai eu la chance de participer à de nombreuses activités proposées par mes collègues: activité sportive sur le temps de midi, sorties en tout genre, repas et apéros improvisés en diverses occasions. J'ai passé des moments très plaisants et j'ai noué des relations très fortes. Certains de ces collègues ont changé d'établissement scolaire pour diverses raisons, pris leur retraite ou changé d'orientation professionnelle. Je pensais garder contact, les revoir et être invitée aux événements particuliers les concernant et cela n'a pas souvent été le cas. Le temps passe vite, on se dit et redit "je te fais un petit message bientôt, on ira se boire un café" et voilà que cela ne se concrétise pas ou très peu pour finalement ne plus avoir de contact du tout. Je me rappelle avoir été déçue et triste, pour finalement me demander si je m'étais fait des idées, si c'était à sens unique ou si ce n'était pas réellement des amitiés.

Finalement, qu'est-ce que l'amitié? Quels en sont les critères? Le contexte influencerait plutôt les relations fortes liées à un contexte à un moment donné. Ce serait une sorte d'amitié professionnelle qui s'éteint avec le contexte qui change. Chacun évolue dans sa vie professionnelle, crée de nouvelles relations dans d'autres contextes. L'humain met son énergie dans le moment présent avec les personnes avec qui il interagit au quotidien, mais pas forcément par la suite. L'énergie pour entretenir les relations d'amitié du cadre privé demande du temps et des efforts. C'est donc peut-être trop de la mettre pour ces anciens collègues.

Le revers de la médaille: quand l'amitié complique la collaboration

A plusieurs reprises, j'ai entendu les témoignages de situations délicates où l'amitié vient jouer des tours aux relations professionnelles. Ce sont notamment quand deux personnes se côtoient en tant que collègues et deviennent amis sans avoir à collaborer directement dans le cadre du travail. Le contexte change, ce qui les oblige à devoir travailler dans la même classe, en duo ou à se transmettre des informations importantes de manière régulière. Elles réalisent alors qu'elles ne sont pas sur la même longueur d'ondes, que les valeurs qui semblaient être partagées ne sont finalement pas si semblables. Se posent alors certaines questions: Comment je vais lui dire que je ne peux pas collaborer ainsi? Comme je vais poser mes limites? Un malaise s'installe donc et peut devenir pesant. Le constat est douloureux, car un choix entre la relation professionnelle et l'amitié peut sembler inévitable et devient même un dilemme. C'est là qu'on peut constater que deux personnes peuvent s'apprécier humainement parlant, mais pas forcément être compatibles pour travailler ensemble.

Quand la distance dérange

Il arrive que certaines personnes soient jugées comme distantes, froides et peu engagées dans les relations avec les pairs. Certaines personnes ne restent pas aux pauses ou très peu. Elles ne participent pas aux discussions, fuient dès qu'elles le peuvent ou refusent de "suivre les règles du groupe". Sont-elles vraiment distantes? Ont-elles des préoccupations qui les empêchent de s'investir dans ces relations-là? Ne veulent-elles pas s'investir par peur d'être déçues ou de revivre une situation difficile? Les limites entre la relation professionnelle et amicale restent floues, difficiles à déterminer. Les

expériences de vie ou la vision des choses influencent chacun et font que les perceptions et les limites des uns et des autres sont différentes.

Un rôle précieux

Les relations professionnelles entre enseignants ont un rôle précieux car cela permet de soutenir. Cela permet de se sentir compris car le contexte et les enjeux sont semblables pour chacun des pairs. L'entourage privé contribue aussi en ce soutien, mais il arrive aussi qu'il ne comprenne pas l'entier du contexte ou ne se rende pas compte de l'ampleur des difficultés parfois importantes du métier de l'enseignant. Le rôle du collectif est donc de créer une sorte de filet social de sécurité. Cela permet de croiser les idées et les regards pour s'encourager les uns et les autres.

Conclusion: Entre engagement et protection

C'est mon collègue, c'est mon ami, c'est mon collègue-ami. L'important est qu'il y ait du respect entre pairs, quel que soit le nom donné à la relation. Selon son histoire personnelle, selon son chemin de vie, selon ses principes et ses valeurs, selon ses besoins relationnels, chacun fait ses choix et évolue à son rythme au travers des relations professionnelles avec ses pairs. Ces relations sont à la fois très riches, mais aussi fragiles. Ces relations ont de la valeur, même si elles changent et ne perdurent pas forcément au-delà de la relation professionnelle. Être conscient de l'évolution normale des relations qui se nouent et se dénouent permet à la fois de s'ouvrir aux amitiés mais aussi de se protéger des déceptions en s'engageant plus profondément. L'enjeu n'était-il pas de se sentir en sécurité et suffisamment en confiance pour collaborer et échanger avec ses collègues?

J'aimerais aussi rappeler, en conclusion, que si tu ne te sens pas à l'aise dans tes relations professionnelles, il est important de pouvoir en parler et de ne pas rester seul avec cette difficulté. Les relations sont au cœur de notre métier d'enseignant, qu'elles soient vécues avec les élèves, les parents ou les collègues. Se sentir suffisamment en sécurité dans ses relations entre adultes est une condition essentielle pour accompagner les élèves dans les leurs. Prendre soin de ces liens, c'est aussi se donner les moyens d'exercer son métier avec plus de justesse et de sérénité.

Comme pour les précédents article, tu trouveras ci-dessous la proposition d'un petit exercice réflexif sur la thématique de cette article. A bientôt
Estelle Dutoit, fondatrice de PauseMeta

Proposition d'exercice

Exercice: Je passe à la loupe mes relations professionnelles

Les relations professionnelles évoluent au fil du temps et des contextes. Elles peuvent être soutenantes, nourrissantes... mais aussi déstabilisantes.

Cet exercice t'invite à faire le point sur **ce qui est juste pour toi**, sans te juger, et sur ta manière d'entrer en relation avec tes collègues, sans jugement, simplement pour mieux te connaître et te comprendre. Il n'y a pas de réponses justes ou fausses.

Installe-toi au calme, prends quelques respirations, puis réponds aux questions suivantes par écrit.

Quelles relations professionnelles sont importantes pour moi aujourd'hui ?

(Pense à 1 à 3 personnes maximum.)

- Qu'est-ce que ces relations m'apportent ?
 - Qu'est-ce que j'y investis ?
-
-
-
-

Qu'est-ce que j'attends inconsciemment de ces relations ?

- Attente de soutien ?
- De loyauté ?
- De reconnaissance ?
- D'amitié durable ?

-> Identifier et nommer les attentes permet d'éviter les déceptions silencieuses.

Qu'est-ce qui relève du cadre professionnel... et qu'est-ce qui le dépasse ?

- Ce qui est sain et aidant dans le cadre du travail
 - Ce qui pourrait devenir source de confusion ou de tension
-
-
-
-

Comment est-ce que je me sens dans ces relations, concrètement ?

- Apaisé·e ?
- En sécurité ?
- Sous pression ?
- En retenue ?

-> Les sensations dans le corps est souvent un très bon indicateur.

De quoi ai-je besoin aujourd'hui dans mes relations professionnelles ?

- Plus de proximité ?
 - Plus de clarté ?
 - Plus de distance ?
 - Plus de reconnaissance ?
-
-
-
-

De quoi ai-je besoin aujourd'hui pour me sentir suffisamment en sécurité dans mes relations professionnelles ?

Quel petit ajustement pourrais-je faire pour respecter ce besoin ?

-> Un pas simple, réaliste, respectueux de soi et des autres.

