

Je manque de répartie



Je me dévalorise.

L'impression d'être moins intéressant que notre interlocuteur nous incite à rester en retrait. Nous craignons de dire une bêtise, puis nous ruminons de n'avoir pas su nous valoriser et, parfois, de nous être fait humilier sans réagir. « La répartie se gère avec le cerveau droit, spontané et créatif, expliquent Pauline Klein et Olivier Bettach, comédiens et consultants, auteurs de *Voilà ce que j'aurais dû dire !* (Eyrolles, 2015). Or, quand nous recherchons la performance, ou que nous nous jugeons, nous ne sollicitons que le cerveau gauche, plus rationnel mais aussi plus lent. Pour être créatif, il faut prendre des risques. »

J'ai peur des conséquences de mes propos.

Au travail, nous hésitons parfois à riposter, par peur des représailles. Néanmoins, il faut savoir remettre à sa place un collègue s'il s'est montré dévalorisant, en reconnaissant, par exemple, qu'il a raison sur le fond mais pas sur la forme. En famille ou avec des amis, il arrive aussi que l'on se bride, de crainte que nos saillies soient mal perçues. « La réponse du tac au tac est proche d'un mécanisme d'impulsivité, confirme le psychiatre [Frédéric Fanget](#). Dans certaines circonstances, mieux vaut se taire plutôt que blesser. Sous réserve de ne pas se laisser marcher sur les pieds. »

Je suis victime de mon éducation.

Il existe des familles où l'on se vanne en permanence, juste pour le plaisir du verbe. D'autres où l'on ne parle jamais de ce qui fâche, où le respect de l'autre confine à la soumission. Ce décalage peut être mal vécu au sein d'un couple « mixte ». « Les personnes qui manquent de répartie sont souvent douées d'empathie, car elles prennent le temps d'écouter les autres, souligne Frédéric Fanget. Elles sont peut-être moins drôles mais plus réfléchies. » Pour Séverine Denis, comédienne improvisatrice et auteure notamment d'*Improvisiez, les sept réflexes de ceux qui s'en sortent toujours* (Eyrolles, 2012), les introvertis seraient même, plus que les extravertis, capables de clouer le bec aux bavards qui, au fond, n'écoutent qu'eux-mêmes.

Avoir une écoute attentive

Trouver le bon mot au bon moment nécessite une écoute totale : celle des paroles, mais aussi de la voix, de l'expression, etc., qui complètent le message. « L'écoute attentive nous oblige à être réceptifs au moment présent, elle nous empêche d'anticiper et réveille notre créativité », précise Séverine Denis, comédienne. Étant plus sensible aux images évoquées, on rebondit sur elles, sans se censurer.

Renoncer à tout contrôler

La répartie implique de relativiser le jugement des autres et de renoncer à tout contrôler. Bref, de prendre le risque de se planter, et d'en rire. « Plus je me décontracte, plus les idées sortent d'elles-mêmes », remarquent Pauline Klein et Olivier Bettach, comédiens et consultants. Mais attention : « Une bonne répartie n'est pas un règlement de comptes, insiste Séverine Denis, elle doit inviter l'autre à poursuivre le dialogue. »

S'entraîner

La répartie est une gymnastique intellectuelle. Quelques exercices permettent de se dérouiller : dès que l'on entend un mot, en trouver un qui rime ; réciter un monologue à partir de mots choisis au hasard... Geneviève Smal, comédienne et conseil en communication, a créé un jeu de cartes, [Takattak](#), pour apprendre à répondre du tac au tac.