

## Cadre de référence

« Nous ne voyons pas les choses comme elles sont, nous les voyons comme nous sommes”  
(extrait du Talmud)

Le **cadre de référence** est un ensemble de représentations psychologiques et culturelles, à travers lesquelles nous comprenons et interprétons la réalité, le comportement et le discours des autres

### ▶ L'émetteur

Son cadre de référence est son système d'existence, d'idées, de savoir, et aussi celui des normes ou des valeurs; c'est par rapport à ce système que s'organise et prend un sens, ce qu'il a à dire. Son cadre a été structuré au fil de son existence par tout son bagage génétique, son système éducationnel, sa famille, les enseignants, les régimes politiques en place, la presse qu'il lit et bien d'autres sources d'informations vraies ou fausses. C'est ainsi que chacun, nous avons notre carte du monde ; mais comme le disait Korzibski, "la carte n'est pas le territoire".

Pour l'émetteur, ce cadre de référence "va de soi", les idées et les mots y puisent un "sens pour lui" et pour tous ceux qui ont le même cadre de référence. L'émetteur, lorsqu'il émet, poursuit toujours un objectif, il ne communique pas à vide; son monde intérieur lui suffit en général pour lui-même. En fait, l'objectif poursuivi est de répondre finalement à un besoin qui existe chez lui et qui le motive à entrer en communication.

Lorsque je veux exprimer un message, j'ai intérêt à me connaître moi-même:

**"QUI SUIS-JE?"**.

**"Connais-toi, toi-même"; "Deviens ce que tu es" Socrate.**

### ▶ Le récepteur

Son cadre de référence est fourni lui aussi par tout son système personnel d'existence et si j'entre en communication avec lui, je dois connaître, comprendre "à qui je m'adresse" et finalement rechercher son besoin de se mettre et rester en communication avec moi. Les cadres de référence de mon épouse, mon supérieur, mon collaborateur, mes collègues, ne sont pas évidemment les mêmes, ils n'ont pas les mêmes besoins. Je dois donc essayer d'en prendre conscience et de me faire une opinion la plus claire possible.

Lorsque je veux que mon message soit compris, j'ai intérêt à connaître l'autre:

**"QUI IL EST?"**.

## Que voyez-vous ?





