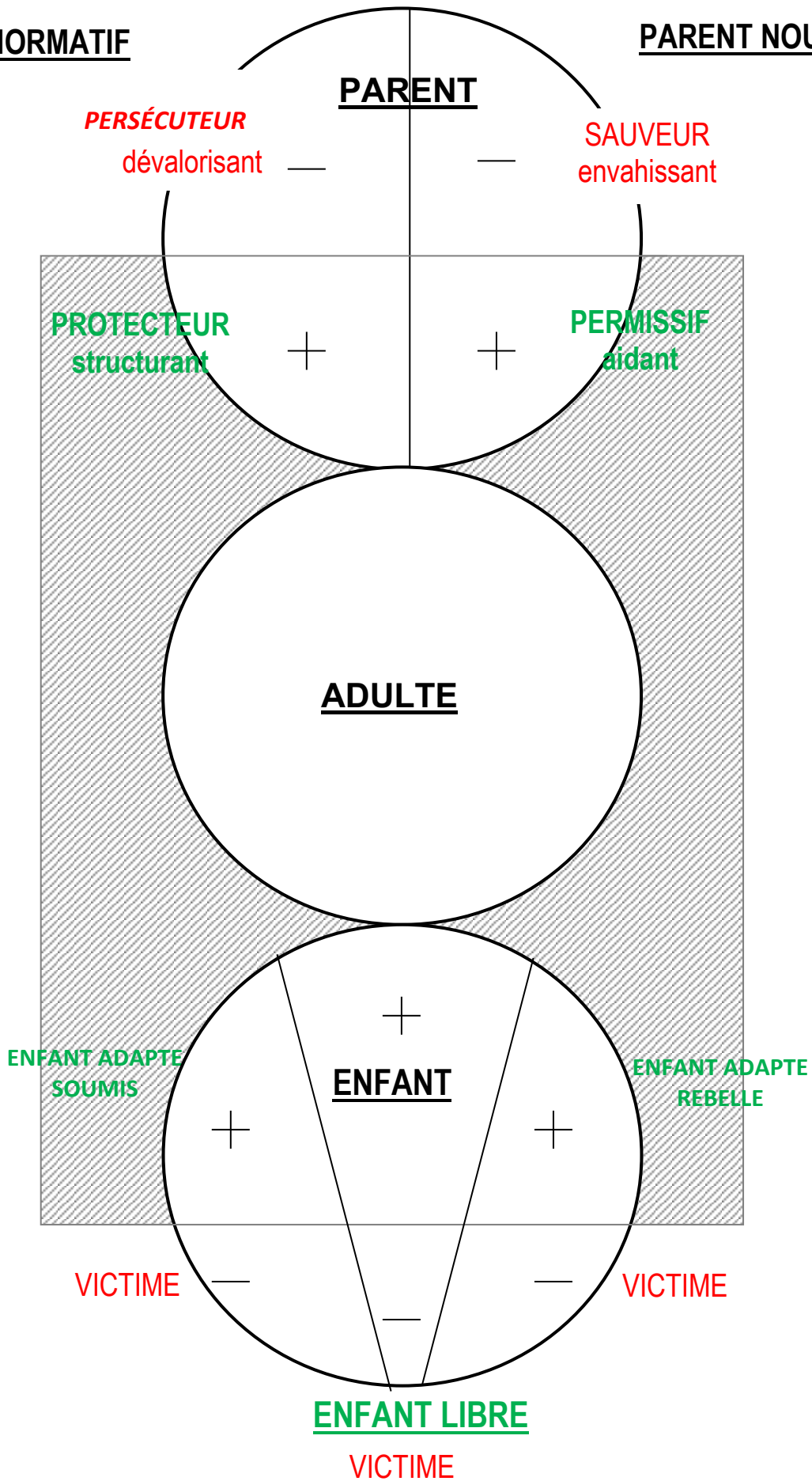


CADRAN CONSTRUCTIF DE LA COMMUNICATION

PARENT NORMATIF

PARENT NOURRICIER



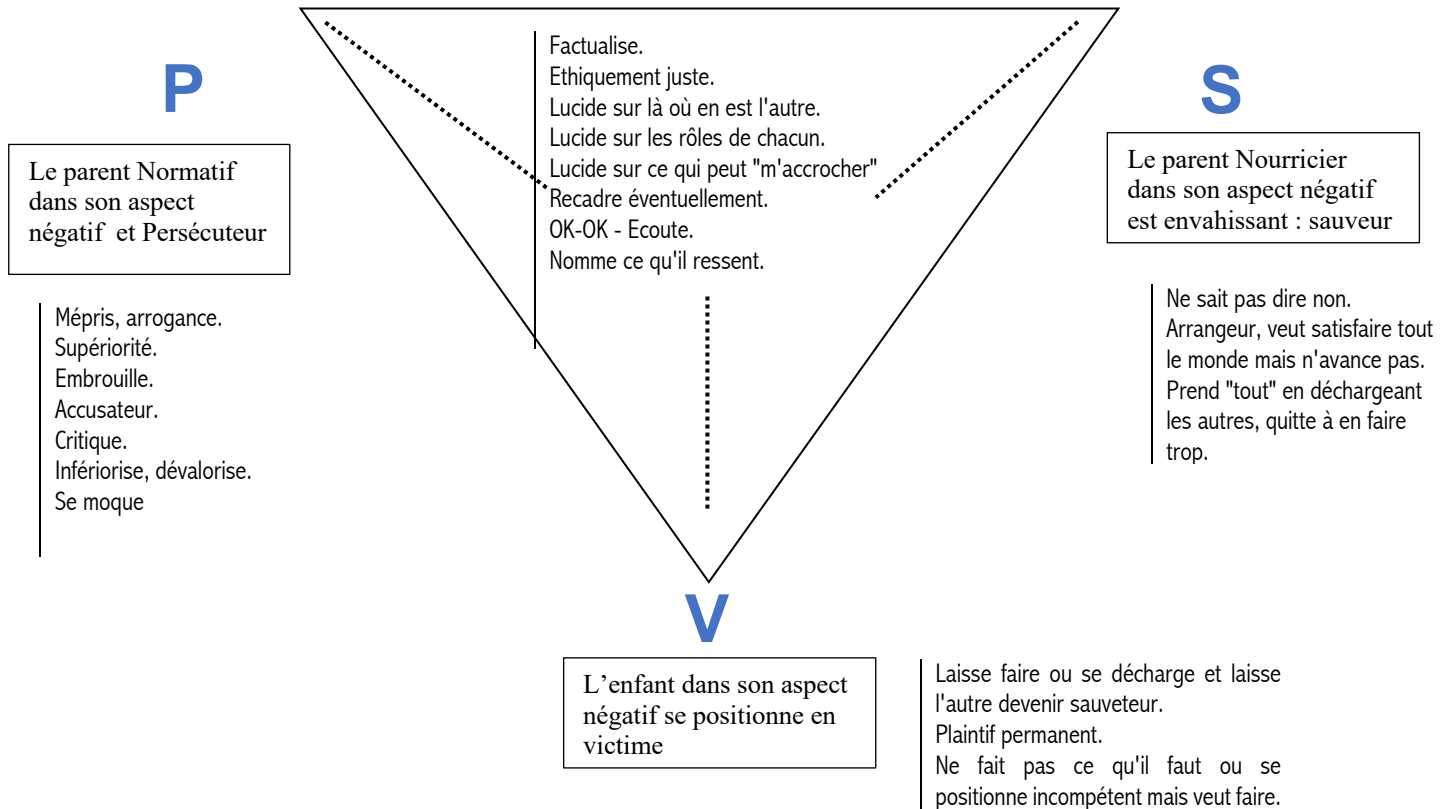
P

A

E

EVITER LE TRIANGLE DRAMATIQUE

Définition : Dans toutes les tragédies ou comédies grecques, les personnages se répartissent 3 rôles principaux : le SAUVEUR, le PERSECUTEUR et la VICTIME. Dans ces pièces, la répartition des rôles change. Ces changements constituent le cœur de l'intrigue. Nous retrouvons le même schéma dans la vie quotidienne et professionnelle.



Les 3 principaux rôles

SAUVEUR : Personne qui vient à l'aide de quelqu'un ou fait quelque chose pour lui, sans que celui-ci en ait fait la demande directe, ni qu'elle-même soit instituée pour le faire, et qui va s'en plaindre (« avec tout ce que je fais pour lui... »).

- ▶ But avoué : aider, être utile.
- ▶ But caché : obtenir de la reconnaissance

PERSECUTEUR : Personne qui adresse des reproches, des accusations, des critiques de façon non constructive.

- ▶ But avoué : faire changer les autres selon son idée.
- ▶ But caché : rejeter sur eux la responsabilité de ses échecs ou de ses problèmes, ou de justifier un comportement auquel il tient.

VICTIME : Personne qui se met en position d'être critiquée et malmenée (persécutée) ou secourue et soutenue par apitoiement (sauvée) sans reconnaître sa responsabilité.

- ▶ But avoué : se faire prendre en charge pour légitimer son état d'incapacité
- ▶ But caché : se plaindre aussi de ce que les autres ne sont vraiment pas capables de l'aider