

### Introduction

Les « drivers » sont des messages contraignants hérités de notre éducation, ils sont issus des expressions et injonctions que nous avons entendues fréquemment dans notre enfance, et qui étaient la condition sine qua non de l'obtention de la reconnaissance de nos parents, ou des personnes qui nous ont élevés.

Nous sommes une combinaison unique de ces messages et nous accordons à chacun un degré d'importance et de nécessité très variable.

Dans le même temps, un message contraignant détermine nos attentes vis-à-vis des autres. La contradiction entre les deux peut s'avérer franchement problématique sur le plan relationnel.

Le fait de connaître notre driver principal nous permet de prendre conscience de notre façon de « fonctionner » et nous permet de nous accorder des « permissions » en allant à l'encontre de ce vers quoi nous pousse notre driver. Cela nous permet également de tirer un signal d'alarme interne quand nous nous rendons compte que nous sommes à fond sans les « difficultés » de notre driver.

A nous de trouver le bon dosage entre nos différents drivers.

### SOIS PARFAIT

Hérité de discours du type « Tu peux mieux faire », « C'est pas mal mais j'attendais mieux de toi ».

- Difficultés : le sois parfait est perfectionniste, insatisfait et exigeant ; il craint le jugement et le manque de contrôle.
- Bénéfices : travailleur ; capable de nombreux accomplissements ; produit un boulot d'excellente qualité.

### SOIS FORT

Hérité de discours du type « Il faut être courageux », « Un grand garçon ne pleure pas », « Ce qui ne nous tue pas nous rend plus forts », etc.

- Difficultés : le sois fort évite de montrer ses émotions, pense qu'il doit se débrouiller seul, que toute autre façon de faire serait un aveu de faiblesse. Il a tendance à être rigide et intolérant, et méprisant envers ceux qu'il considère comme des faibles.
- Bénéfices : résistant à la pression et doué pour trouver des solutions ou gérer des situations de crise.

### FAIS PLAISIR

Hérité de discours type « Fais plaisir à ta mère », « Tu me fais de la peine », « Ne sois pas égoïste », « Sois gentil, je suis fatigué », etc.

- Difficultés : le fais plaisir craint de décevoir ; il se laisse envahir par les autres, recherche l'approbation, ne sait pas dire non. Il est susceptible et se sent facilement victime de son dévouement.
- Bénéfices : de bonne compagnie, empathique et altruiste.

### DEPECHE-TOI

Hérité de discours type « Arrête de traîner », « Tu es trop lent », etc.

– Difficultés : agité et impatient, le dépêche-toi se met beaucoup de pression pour en faire toujours plus. Il s'ennuie facilement et préfère la rapidité à la qualité. Prend en charge plus que ce qu'il peut faire.

– Bénéfices : peut honorer des délais très courts ; se met en mouvement rapidement ; réactif.

### FAIS PLUS D'EFFORTS

Hérité de discours du type « Donne-toi un peu de mal », « À vaincre sans effort on triomphe sans gloire », etc.

– Difficultés : le fais plus d'efforts pense que toute réussite valable passe par des tâches pénibles. Il a tendance à compliquer les choses et à penser que les autres sont paresseux. Il est insatisfait et craint la critique.

– Bénéfices : patient et persévérant, donne le meilleur de lui-même et est prêt à aider les autres.