
LA QUESTION DE LA PRÉPARATION :

SOMMES-NOUS PRÊTS À NOUER DES RELATIONS ?

*La personne la plus utile dans le monde d'aujourd'hui
est l'homme ou la femme qui sait comment s'entendre avec
les autres. Les relations humaines représentent la science
la plus importante dans la vie.*

—STANLEY C. ALLYN.

J'ai passé les trente-six premières années de ma carrière comme pasteur. Quand il s'agit de travailler avec les gens, je ne connais aucune autre profession aussi exigeante et intense que celle-ci. Les personnes dans le ministère sont appelées à conduire, enseigner, entraîner, conseiller et reconforter les gens de tout âge et à toutes les étapes de leur vie, du berceau à la tombe. Nous sommes avec eux pendant beaucoup de leurs moments les plus heureux, comme le jour de leur mariage ou celui de la présentation de leur enfant au Seigneur. Et nous sommes appelés auprès d'eux dans les heures les plus sombres, quand ils essaient de sauver un mariage d'un divorce douloureux, quand ils font l'expérience de la mort tragique d'un enfant ou quand ils cherchent des réponses alors qu'ils font face à l'imminence de leur mort.

Au fil des années, j'ai rapidement appris à reconnaître les gens qui ont des difficultés relationnelles et ces personnes sont d'âge, de taille et de catégorie

différente. Parfois, alors que je conseillais une personne célibataire ne semblant pas arriver à vivre une relation réussie, celle-ci se lamentait d'être seule et exprimait son désir se marier. Il est triste de considérer qu'au lieu de se concentrer sur le désir de se marier, certaines personnes devraient avant toute chose, faire un travail pour se préparer émotionnellement—ce qui est la base pour construire une relation saine.

Faisons face à cela. Ce n'est pas tout le monde qui a les talents pour initier, construire et nourrir une bonne et saine relation. Beaucoup de gens grandissent dans un foyer dysfonctionnel et n'ont jamais eu de modèles de relations positives devant les yeux. Certaines personnes sont tellement concentrées sur elles-mêmes et leurs besoins que les autres pourraient tout aussi bien ne pas exister. Il y en a aussi qui ont été blessées si sévèrement par le passé, qu'elles voient le monde entier à travers le filtre de leur souffrance. Et à cause d'un immense vide relationnel, elles ne se connaissent pas elles-mêmes ou ne savent pas comment avoir un rapport avec les autres d'une manière saine.

Être une personne saine au point de vue relationnel est la base pour construire de grandes relations. Tout commence par cela. Je crois que des blocs de constructions fondamentaux sont nécessaires pour que les personnes soient prêtes à nouer des relations. Elles répondent à la question de la préparation. Les composants essentiels sont contenus dans les cinq principes relationnels suivants :

Le principe de la loupe : Qui nous sommes détermine comment nous voyons les autres.

Le principe du miroir : La première personne que nous devons examiner est nous-mêmes.

Le principe de la souffrance : Les personnes blessées blessent les autres et sont facilement blessées par ces dernières.

Le principe du marteau : N'utilisez jamais un marteau pour écraser la mouche qui vole sur la tête de quelqu'un.

Le principe de l'ascenseur : Nous pouvons élever ou rabaisser les gens avec qui nous sommes en relations.

Celui à qui il manque un de ces composants essentiels ne sera pas prêt pour le domaine relationnel. Et comme résultat, il aura des problèmes récurrents pour travailler avec les autres.

Si vous ou une personne de votre connaissance semble simplement ne pas pouvoir construire le type de relation positive que tout être humain désire, la raison peut se résumer au fait de ne pas être prêt. En apprenant ces cinq principes relationnels, vous allez vous préparer pour la création de relations positives et saines.

LE PRINCIPE DE LA LOUPE

QUI NOUS SOMMES
DÉTERMINE COMMENT
NOUS VOYONS LES AUTRES.

*Je ne voudrais pas appartenir à un club
qui m'accepterait comme membre.*

GROUCHO MARX

LA QUESTION QUE JE DOIS ME POSER :
QUELLE EST MA PERCEPTION DES AUTRES ?

Avez-vous déjà commencé un nouveau travail et entendu quelqu'un ayant de l'expérience dans cette société vous dire de surveiller telle personne ou d'éviter telle autre ? Cela m'est arrivé un certain nombre de fois. Lorsque j'ai pris mon premier poste en tant que dirigeant, mon prédécesseur m'avait dit d'avoir deux personnes à l'œil : Audrey et Claude. « Elles vont vous causer un tas de problèmes » me suis-je entendu dire. Ainsi j'ai commencé mon travail en m'attendant à ce qu'elles me causent du souci.

Premièrement, j'ai observé Audrey. Elle était une femme forte—et elle avait une forte personnalité. (Il nous faut bien connaître une femme de ce genre.) À ma grande surprise, travailler avec elle s'est révélé être une expérience merveilleuse. Elle était compétente et digne de confiance, et s'arrangeait toujours pour que le travail soit fait. Nous avons eu une bonne relation de travail et elle est devenue une amie de la famille. Et Claude se révéla être un vieux fermier qui aimait l'église. C'est vrai, il était d'une grande influence dans l'organisation. (Plus de vingt-cinq ans plus tard il l'est toujours.) Mais cela ne blessait pas mes sentiments. Pourquoi aurais-je donc attendu d'un homme du double de mon âge et qui avait été dans cette église toute sa vie, qu'il me suive seulement parce que j'avais une position de dirigeant et un titre ? Travailler avec Claude devint mon objectif, et lui et moi nous entendîmes bien.

Lorsque j'acceptai un poste dans une seconde église, une fois encore mon prédécesseur m'avertit : « Ayez Jim à l'œil ! Il vous combattrait sur tout. » Ainsi lors de ma première semaine, je fis la rencontre de Jim. Nous avons eu une rude conversation mais Jim me fit savoir qu'il aimait Dieu, aimait l'église et était avec moi. Il finit par devenir l'homme numéro un durant les années où je restai à cet endroit. Il combattait de la bonne manière—en tant que mon supporter le plus fervent. Je n'aurais pas pu demander un meilleur membre d'équipe.

Après avoir accepté un poste dans une troisième église, mon prédécesseur m'offrit de s'asseoir avec moi et de me donner les grandes lignes sur ceux qui pourraient me causer des problèmes. Comme cela avait été le cas avec les

prédécesseurs des deux postes précédents, son désir était de m'aider. Mais respectueusement j'ai décliné son offre. J'avais été maintenant dans une position de dirigeant suffisamment longtemps pour réaliser que les personnes qui avaient été un problème pour lui ne le seraient pas pour moi—et vice versa. J'aurais un mauvais contact avec des personnes en qui il avait confiance, et d'autres avec qui le courant ne passait pas deviendraient probablement des éléments clés pour moi. Pourquoi ? Parce que ce que nous sommes détermine comment nous voyons les autres.

VOUS ÊTES VOTRE PROPRE LOUPE

Un exemple classique de l'impact de la perspective m'est arrivé quand j'étais à l'université. Il m'avait été demandé d'être le témoin du mariage de mon ami Ralph Beadle. Je suis resté avec lui toute la nuit avant la cérémonie, et tôt le matin de son mariage, Ralph voulut aller à la chasse à l'écureuil. (Je suppose qu'il n'y a rien de tel pour calmer les nerfs d'un gars.) Ralph me prêta un de ses fusils de chasse, et nous allâmes dans les bois. Nous nous sommes promenés pendant un certain temps, mais nous n'avons vu aucun écureuil.

« Où sont les écureuils ? », demandais-je continuellement à Ralph alors que nous poursuivions notre chemin en faisant du bruit ?

Après avoir posé la question une demi-douzaine de fois, Ralph me dit finalement : « John, reste de ce côté du bois, moi, je vais de l'autre côté. »

Ralph n'était pas parti depuis deux minutes que je commençai à entendre *pan, pan*. Je ne voyais toujours pas d'écureuils, alors je m'assis et me reposai. Je me mis à penser que j'aurais du emporter un livre avec moi. Je commençai à regarder les tamias batifoler et j'entendais toujours, de temps à autre, des coups de fusil. Et je continuais à me demander : « *Sur quoi est-il en train de tirer ?* »

Qui vous êtes
détermine la façon
dont vous voyez
toute chose.

Quelques minutes plus tard, Ralph revint nonchalamment. Il avait tué des écureuils jusqu'à ne plus pouvoir les ramasser et je n'en avais même pas vu un seul.

« Pourquoi tous les écureuils étaient-ils de ton côté ? » lui demandais-je.

Ralph secoua seulement la tête et se mit à rire.

Qui vous êtes détermine la façon dont vous voyez toute chose. Vous ne pouvez séparer votre identité de votre perspective. Tout ce que vous êtes et chaque expérience que vous avez faite donne la couleur à la manière dont vous voyez les choses. C'est votre loupe. Voilà ce que cela signifie :

CE QUE VOUS ÊTES DÉTERMINE *CE QUE VOUS VOYEZ*

Un homme habitant le Colorado déménagea au Texas et construisit une maison avec une grande fenêtre panoramique par laquelle il pouvait voir des centaines de kilomètres de prairie. Quand on lui demanda s'il appréciait le panorama, il répondit « Le seul problème est qu'il n'y a rien à voir. » Environ au même moment, un Texan déménagea au Colorado et construisit une maison avec une grande fenêtre panoramique ayant vue sur les montagnes rocheuses. Quand on lui demanda s'il aimait cela, il dit : « Le seul problème avec cet endroit est que vous ne pouvez rien voir à cause de toutes ces montagnes qui cachent la vue ».

L'histoire peut être un peu exagérée, mais elle met le doigt sur une vérité de la même nature. Ce que les gens voient est influencé par ce qu'ils sont. Des personnes dans une même pièce vont regarder la même chose et voir chacune de manière totalement différente. Cela est toujours vrai en ce qui concerne mon épouse, Margaret, et moi-même. Je vais être à une réception en train de discuter avec des personnes, et elle va venir vers moi et me demander, « De quoi le gars au pull-over bleu était-il en train de te parler ? » Et je n'aurais pas la moindre idée de qui il s'agit. Quand je regarde les gens, je ne vois pas ce qu'ils portent. Pour moi, ce sont seulement des vêtements.

Chacun de nous a ses propres goûts, et cela donne de la couleur à tout ce que nous voyons. Ce qui est autour de nous ne détermine pas ce que nous voyons. C'est ce qui est en nous qui est déterminant.

CE QUE VOUS ÊTES DÉTERMINE *COMMENT VOUS VOYEZ LES AUTRES*

Un voyageur approchant d'une grande ville demanda à un vieil homme assis au bord de la route :

« Comment sont les gens de cette ville ?

– Comment étaient-ils là d'où vous venez ?, interrogea l'homme.

– Ils étaient horribles, déclara le voyageur. Mesquins, indignes de toute confiance, détestables à tous égards.

– Ah ! dit le vieil homme, dans la ville devant vous, vous trouverez les mêmes personnes. »

À peine le premier voyageur était-il parti qu'un autre voyageur s'arrêta pour demander des informations au sujet des gens habitant la ville. À nouveau, le vieil homme posa la même question au sujet des gens de l'endroit que le voyageur venait juste de quitter :

« Ils étaient de bonnes personnes : honnêtes, travailleurs, et cléments devant les erreurs, déclara le second voyageur. Je suis triste de partir. »

Le vieil homme répondit : « C'est exactement ainsi que vous trouverez les gens ici. »

La façon dont les gens voient les autres est un reflet de ce qu'ils sont eux-mêmes.

Si je suis une personne de confiance, je verrais les autres comme dignes de confiance.

Si je suis une personne importante, je verrais les autres comme étant importants.

Si je suis une personne bienveillante, je verrais les autres avec plein de compassion.

Votre personnalité transparaît quand vous parlez des autres et avec eux. Quelqu'un qui ne vous connaît pas sera capable de dire beaucoup au sujet de qui vous êtes sur la base d'une simple observation.

CE QUE VOUS ÊTES DÉTERMINE *COMMENT VOUS VOYEZ LA VIE*

Voici une vieille histoire que j'ai l'habitude de raconter lors de conférences. Un grand-père se reposait un jour sur le canapé quand ses jeunes petits-enfants décidèrent de lui faire une blague. Ils allèrent au réfrigérateur et prirent un morceau de fromage « Limburger » sentant très fort. Doucement, ils en frottèrent un peu sur les moustaches de leur grand-père. Ensuite ils se cachèrent dans un coin pour voir sa réaction.

Après un petit moment, le nez du vieil homme commença à remuer. Ensuite sa tête commença à faire un mouvement brusque. Et finalement, grand-papa s'assit tout droit sur le canapé avec un regard mauvais et dit : « Il y a quelque chose ici qui sent mauvais ! »

Il se leva, traîna les pieds jusqu'à la cuisine, prit une profonde respiration et dit : « Cela sent mauvais ici aussi. »

Il décida alors d'aller dehors pour prendre une bouffée d'air frais, mais quand il respira profondément, l'odeur fétide était encore là. « Le monde entier sent mauvais ! » se lamenta t-il.

Quelle est la morale de l'histoire ? Pour une personne qui a du fromage Limburger sous les narines, tout sent mauvais ! La bonne nouvelle pour grand-papa, c'est qu'il peut enlever la matière fétide qui est sur ses moustaches avec du savon et de l'eau, et les choses lui apparaîtront à nouveau d'une bonne odeur. Mais une personne dont la matière fétide réside à l'intérieur d'elle-même, a une tâche plus difficile à accomplir. La seule manière de changer comment vous voyez la vie est de changer qui vous êtes à l'intérieur.

Nous avons tous un schéma personnel de référence qui consiste en nos attitudes, présomptions, et attentes concernant nous-mêmes, ainsi que les autres personnes mais aussi la vie. Ces facteurs déterminent si nous sommes optimistes ou pessimistes, gais ou mélancoliques, confiants ou suspicieux, amicaux ou réservés, courageux ou timorés. Et ces éléments donnent de la couleur non seulement à la manière dont nous voyons la vie mais aussi à la manière dont nous laissons les personnes nous traiter. Eleanor Roosevelt disait : « Personne ne peut vous faire sentir inférieur sans votre consentement. » En d'autres mots, dans les paroles du psychologue et auteur Phil McGraw : « Vous enseignez aux gens comment vous traiter. ». Ce que vous enseignez vient de la manière dont vous voyez la vie. Et comment vous voyez la vie vient de qui vous êtes.

Il y a quelques années de cela, j'ai eu l'opportunité d'enseigner le leadership aux Rams de Saint-Louis de la Ligue Nationale de Football américain. L'équipe m'avait invité à participer à une de leur troisième mi-temps, et j'avais eu l'autorisation de m'asseoir avec les épouses des entraîneurs et joueurs. Je m'étais assis près de Kim Matsko, l'épouse de John Matsko, entraîneur associé à la ligne offensive des Rams de Saint-Louis. Alors que nous discussions, je lui ai demandé, de toutes les villes dans lesquelles elle

avait habité, laquelle était sa préférée ? (Elle avait vécu dans beaucoup d'États : Ohio, Caroline du Nord, Arizona, Californie, New York, et Missouri). Sa réponse fut : « Là où je vis actuellement ».

– « Oh, ainsi c'est Saint-Louis que vous préférez ? lui dis-je.

– Non, je n'ai pas dit cela, j'apprécie l'endroit où je suis actuellement en train de vivre le meilleur, me répondit-elle. C'est un choix. »

Quelle belle attitude ! Si vous pouvez maintenir une perspective comme celle-ci, vous allez toujours voir la vie de manière positive.

CE QUE VOUS ÊTES DÉTERMINE CE QUE VOUS FAITES

Dans *La Société des animaux*, Kenneth A. Tucker et Vandana Allman de l'organisation Gallup nous racontent l'histoire de personnages de basse-cour dont l'objectif est de souligner combien des sociétés gèrent mal leur personnel. Croyant que tout le monde peut être entraîné à tout faire, les personnes responsables de la ferme demandent au cheval de trait de travailler sur l'ordinateur. Un mouton timide est encouragé à faire des appels commerciaux. Et voilà mon favori : l'épouvantail est envoyé dans le poulailler pour pondre les œufs. Il travaille à cela toute la journée. Physiquement, il montre une forme parfaite. Avec tout autour de lui des poules produisant des œufs avec efforts, il essaie et essaie encore. Mais à la fin de la journée, épuisé, il n'a pas réussi à produire un seul œuf.

Vous pouvez être en train de penser : *Bien entendu, il ne produit pas un seul œuf*. Cela est évident que les poules pondent des œufs, que les chevaux tirent des charrues, et que les moutons produisent de la laine. Il est facile de voir que nos capacités naturelles affectent ce que nous faisons. Mais nos pensées et nos attitudes sont autant une partie de nous que nos talents et capacités. Elles déterminent aussi ce que nous faisons. Nous ne pouvons pas les dissocier, et si nous attendons des résultats différents de ce quoi nous sommes faits, nous sommes bons pour être déçus.

CINQ CHOSES QUI DÉTERMINENT QUI VOUS ÊTES

Quels facteurs rentrent en jeu pour déterminer qui vous êtes ? De façon évidente, ils sont nombreux, mais voilà ceux que je considère comme les cinq premiers :

1. La génétique

Quand Margaret et moi-même étions jeunes et naïfs, nous croyons que la génétique jouait seulement un rôle mineur dans la constitution d'une personne. Nous pensions que l'environnement était responsable à 98 % de ce qu'était une personne. Élevez vos enfants à être comme vous, et ils deviendront comme vous. Et puis nous avons adopté nos enfants, Elizabeth et Joël Porter. Nous découvrîmes que l'éducation, le développement du caractère, les études et l'instruction spirituelle jouent des rôles importants, mais que certaines choses sont intimement inscrites dans les personnes et vont être là, peu importe leur environnement.

Votre constitution génétique est probablement une bonne et une mauvaise nouvelle. Il y a des qualités et des caractéristiques que vous avez eues quand vous avez été créés qui sont géniales. Cela est vrai pour chaque personne sur la planète. Mais il y a également des choses que vous n'appréciez pas. Vous pouvez seulement apprendre à vivre avec elles. Quand il s'agit des problèmes de votre caractère, travaillez sur vos faiblesses. Quand il s'agit de vos talents, allez-y avec vos forces.

Vous n'avez pas le choix dans ce domaine. Vous ne pouvez pas changer vos gènes. Cependant, sur les cinq premiers facteurs qui déterminent qui vous êtes, c'est le seul que vous ne pouvez pas changer en faisant des choix. Les quatre autres, au moins dans une certaine mesure, dépendent de vous.

2. L'image de soi

Le poète T.S Eliot a observé que « la moitié du mal qui est fait dans le monde est dûe à des personnes qui veulent se sentir importantes. Elles n'ont pas l'intention de faire du mal. Elles sont absorbées dans la lutte sans fin de penser du bien d'elles-mêmes ». Les personnes sont comme l'eau, elles trouvent leur propre niveau. Une personne avec une image négative d'elle-même s'attendra au pire, fera du tort à ses relations, et trouvera les personnes qui sont similairement négatives. Ceux qui ont une image positive d'eux-mêmes s'attendront au meilleur pour eux-mêmes. Et ceux qui ont une image d'eux-mêmes à la fois positive et fidèle à la réalité sont susceptibles de réussir à un haut niveau. Comme le psychologue Nathaniel Branden disait : « Nous avons tendance à nous sentir plus à l'aise, plus 'à la maison' avec les

personnes dont le niveau d'estime de soi ressemble au nôtre. Des opposés peuvent s'attirer pour certains points, mais pas dans ce cas. »

On raconte qu'un jour alors qu'Oliver Wendell Holmes se promenait dans la rue, une petite fille se joignit à lui. Alors que la petite fille allait repartir chez elle, le juriste réputé lui dit : « Si ta mère te demande où tu étais, dis-lui que tu te promenais avec Oliver Wendell Holmes ».

– « D'accord, dit la fillette pleine de confiance. Et quand les vôtres vous demanderont où vous étiez, dites-leur que vous vous promeniez avec Mary Susanna Brown. »

Elle avait maintenant une image positive d'elle-même.

3. Les expériences de la vie

Il était une fois un groupe de villageois qui donnaient des instructions à leur jeune berger. « Si tu vois un loup, crie *loup* et nous viendrons avec un fusil et des fourches. »

Le jour suivant, le garçon était en train de garder ses moutons quand il vit au loin un lion. Il se mit à crier : « Lion, Lion ! » Mais personne ne vint. Le lion tua plusieurs moutons. Le jeune berger fut affolé.

« Pourquoi n'êtes-vous pas venu quand j'ai appelé ? demanda t-il aux villageois ?

– Il n'y a pas de lions dans cette partie du pays, répondirent les hommes plus âgés. Ce sont des loups que tu dois te méfier. »

Le jeune berger avait appris une leçon importante : les gens répondent à ce qu'ils sont préparés à croire. Et ce qui les prépare pour ce qu'ils croient est leur expérience.

Cela n'a-t-il pas été vrai pour vous ? Réfléchissez à certaines de vos expériences pendant votre enfance. Si vous avez rencontré de grands succès dans les sports, ils sont probablement devenus une partie importante de votre vie. Si vous vous faisiez des amis facilement, vous appréciez probablement être entouré de gens. Si vous avez été délaissé ou maltraité, cela a eu une autre sorte d'impact sur vous. Tout ce que vous avez expérimenté a contribué à faire de vous ce que vous êtes.

Nous ne choisissons pas toutes les expériences que nous vivons, ce qui est particulièrement vrai lorsque nous étions des enfants. Mais nous choisissons beaucoup de celles que nous vivons maintenant. Nous choisissons avec qui

nous nous marions. Nous choisissons nos emplois. Nous choisissons où aller en vacances, si nous devons faire de l'exercice et ce que nous apprenons. Et les personnes qui ont un arrière plan particulièrement difficile décideront ou non de poursuivre des expériences qui amélioreront la manière dont ils vivent et pensent. Nous ne pouvons pas changer nos expériences passées, mais nous pouvons nous reprogrammer en utilisant les nouvelles expériences que nous vivons.

4. Les attitudes et les choix concernant vos expériences

Décider ce que seront nos attitudes face à ce que nous expérimentons est bien plus important que de choisir nos expériences. Comme je l'ai déjà mentionné, nous avons seulement un contrôle limité sur ce que nous expérimentons. Cependant nous avons un contrôle complet sur nos attitudes. Que notre futur soit en hausse ou à la baisse, excitant ou peu enthousiasmant, ouvert ou fermé est complètement l'affaire de notre choix. Je n'ai pas la possibilité de changer le monde autour de moi, mais je peux changer ce que je vois à l'intérieur de moi.

Je n'ai pas la possibilité de
changer le monde autour
de moi, mais je peux
changer ce que je vois à
l'intérieur de moi.

Je crois que cette attitude est la deuxième plus grande décision que quiconque peut prendre. (La plus importante est la foi.) Votre attitude vous construira ou vous brisera. Ce n'est pas le résultat de votre naissance, des circonstances que vous rencontrez, ou de votre compte bancaire. Cela a tout à voir avec un choix. (Si vous trouvez que cela est une question difficile, vous pouvez regarder deux autres livres que j'ai écrit : *Aller au-delà de ses défauts* ou *L'attitude du gagnant*.)

5. Les amis

Dans un épisode de Snoopy de Charles Schulz, Charlie Brown se tient la tête dans les mains, l'air misérable. Son amie Lucy s'approche de lui

« Encore découragé, hein, Charlie Brown ? »

Charlie Brown ne répond même pas.

« Sais-tu quel est ton problème ? lui demande Lucy, et, sans attendre sa réponse, elle lui annonce :

« Le problème avec toi c'est que tu es qui tu es ! »

– Bien, dit Charlie Brown, et qu'est ce que je peux faire à ce sujet ? »

– Je ne prétends pas être capable de donner des conseils, répond Lucy, je mets simplement le doigt sur le problème ! »

Si Charlie Brown voulait s'améliorer lui-même, peut être le point de départ serait de trouver un nouvel ami.

Une des choses les plus importantes que vous ferez est de choisir vos amis. En tant que parents, Margaret et moi-même faisons très attention aux amis que nos enfants choisissaient. Nous savions que des personnes positives avec un bon caractère aideraient nos enfants à aller plus loin. Des personnes négatives avec un caractère médiocre les entraîneraient vers le bas. Nous faisons toujours de notre maison un endroit où nos enfants et leurs amis voulaient passer du temps afin que nous puissions voir qui était en train de les influencer.

Les personnes dont vous êtes les plus proches—et cela inclut particulièrement votre épouse—façonneront qui vous êtes. N'avez vous jamais vu un enfant qui, après un bon début, connaît des difficultés après avoir traîné avec des enfants qui ont des problèmes ? N'avez-vous jamais vu un ami ou un collègue décoller professionnellement après avoir commencé à passer du temps avec des personnes qui ont élargi son esprit et l'ont mis au défi de progresser ? Les personnes avec lesquelles vous choisissez de passer du temps changeront qui vous êtes. Les paroles de l'auteur et conférencier Charlie «Extraordinaire » Jones sont réellement vraies : « La différence entre qui vous êtes aujourd'hui et qui vous serez dans cinq ans tient aux personnes avec qui vous passerez du temps et aux livres que vous lirez ».

La façon dont vous voyez les autres est déterminée par qui vous êtes. Vous ne pouvez vous éloigner de cette vérité. Si vous n'appréciez pas les gens cela est vraiment une déclaration à votre égard et sur la manière dont vous regardez les autres. Votre point de vue est le problème. Si cela est le cas, n'essayez pas de changer les autres. Ne vous concentrez même pas sur les autres, concentrez-vous sur vous-même. Si vous changez et devenez le type de personne que vous désirez être, vous commencerez à voir les autres avec un tout nouvel éclairage. Et cela changera la façon dont vous réagissez dans toutes vos relations.

QUESTIONS SUR LE PRINCIPE DE LA LOUPE

1. Si je vous demandais d'écrire un exposé décrivant la nature humaine et les gens en général, que voudriez-vous dire ? (Prenez un peu de temps pour faire cela maintenant.) Décrieriez-vous votre philosophie d'optimiste, de sceptique, de provisoire, de détachée etc... ? Qu'est-ce que votre philosophie personnelle concernant les autres dit à votre sujet ?
2. Décrieriez-vous votre attitude comme généralement positive ou négative ? Que pourriez-vous faire pour améliorer votre attitude ? (N'y échappez pas et soyez réaliste, de quel côté êtes-vous ?) Voyez-vous votre attitude comme un actif ou un passif ? Que pourriez-vous faire pour améliorer votre attitude ?
3. Souvenez-vous de votre enfance. Quelles expériences vous ont spécialement marqué en tant qu'individu ? Vous inspirent-elles à faire confiance ou à vous méfier des gens ? Comment cette perspective a-t-elle donné le ton à vos relations en tant qu'adulte ? Si cela a affecté négativement vos relations, quelles expériences positives pouvez-vous approfondir pour créer une nouvelle histoire plus positive ?
4. Êtes-vous d'accord avec la déclaration disant que les différences entre qui vous êtes aujourd'hui et qui vous serez dans cinq ans dépend des personnes avec qui vous passerez du temps et des livres que vous lirez ? Quelles autres facteurs croyez-vous être aussi (ou plus) importants ?
5. Réfléchissez aux qualités personnelles que vous voudriez cultiver. Faites-en une liste. Maintenant établissez un plan de croissance pour développer ces qualités. Premièrement, prenez avec les personnes qui possèdent les qualités que vous désirez acquérir. Deuxièmement, choisissez un livre chaque mois pour vous aider à vous développer.