

1. **Je choisis de valoriser mes spécificités personnelles.**

- Le monde serait ennuyeux si chacun penserait et se comporterait de la même manière.
- La variété enrichit l'existence, stimule l'apprentissage et me permet de prendre conscience de nouvelles perspectives.
- Lorsqu'un nouveau arrive quelque part, les personnes en place rogne souvent sa spécificité afin que le nouveau venu corresponde à l'image de l'endroit où il se trouve. Les propos tenus par les anciens peuvent être : « nous avons déjà essayé et cela n'a rien donné... ce n'est pas possible ici... vous êtes nouveau et vous ne pouvez pas comprendre... ». Tout ceci pour que le nouveau devienne une sorte de clone des autres.
- Les différences ne sont généralement ni appréciées, ni encouragées par les gens en place.
- A ma naissance, je suis un diamant brut : tout est neuf pour moi, tout est à explorer, tout est à découvrir... Ce n'est qu'à la fin de mes études secondaires que je suis balisé et standardisé par le poids de l'éducation que j'ai reçue.
- Je recherche l'unité d'un groupe en favorisant les différences tout en poursuivant un objectif commun.

2. **Je choisis de trouver le juste équilibre en toute chose.**

- Une relation comporte deux choses : ce que je peux en retirer et ce que je peux apporter personnellement (le recevoir et le donner)
- Accepter l'autre et m'accepter comme je suis équilibre mes relations avec autrui.
- Pour construire une relation durable, il faut au moins être deux et marquer régulièrement des pauses pour l'autoévaluation de la relation afin de vérifier les comportements respectifs de chacun et de faire les réajustements qui s'imposent.
- Une relation équilibrée, c'est respecter les différences de chacun tout en consolidant tous les points forts, tout en établissant un climat positif d'échange.
- Repérez par introspection la manière dont je mets des bâtons dans mes roues de manière consciente et inconsciente m'aide à mieux me comprendre et trace la voie vers mon équilibre personnel.
- Les conversations de couloirs déstabilisent une relation en créant un échange selon le principe reproche / victime générant des tensions relationnelles tout en créant un fossé entre les divers interlocuteurs.
- Pour perfectionner mes relations, je peux :
 - o M'asseoir en face de mon interlocuteur et parler avec lui de ce que j'aime chez lui et de ces points forts.
 - o Lui indiquer la manière dont je réagis en cas de désaccords avec lui.
 - o Lui parler de ce que j'attends de lui et lui demander d'en faire de même pour moi.
 - o Lui dire les engagements que je compte prendre pour atteindre notre objectif commun tout en ayant avec lui de saine relation.
 - o Lui préciser une date et un endroit pour faire le suivi et le bilan de la relation.
 - o Lui indiquer des qualités supplémentaires conseillées afin de conclure l'entretien.
- Pour réaliser une relation en poursuivant un objectif précis, je peux :
 - o Définir précisément l'objectif à atteindre en y indiquant mes points forts, mes possibilités d'améliorations et en demandant à l'autre d'en faire de même.
 - o Dans une ambiance cordiale, chacun énonce la liste de ce qu'il peut faire et le temps qu'il compte mettre pour réaliser chaque objectif tout en fixant une date et un lieu afin de faire le suivi et les réajustements qui s'imposent.
 - o Pour cela, je dois parler avec l'autre en toute franchise, de manière attentive, en ayant la ferme intention de réussir et de me donner à fonds dans les différentes tâches à exécuter.

3. **Je choisis de faire ce que je dis et j'agis.**

- M'engager, c'est bien, passer à l'action, c'est mieux.
- M'engager, c'est définir avec exactitude ce que j'accepte et ce que je refuse de faire. Un engagement suivi d'une action exige du courage car il faut sortir de sa zone de sécurité pour passer dans sa zone d'expansion tout en remettant en cause ses convictions et en acceptant d'être vulnérable.
- Des gestes non pesés amènent autrui à douter de mes intentions à leurs égards et en fin de compte à perdre leurs soutiens.
- Si j'hésite à m'investir entièrement dans une relation, l'autre le perçoit et nos rapports sont perturbés.
- Au travail, si je reste réservé, les occasions d'avancements et d'augmentations risquent de me passer sous le nez.
- Je peux vivre pleinement chaque instant en le considérant comme unique et en le savourant comme tel.
- Me contenter des rôles secondaires n'enrichit pas ma progression.
- Nul ne peut faire à ma place ce que je dois faire seul pour changer mon existence.
- Comment puis-je réaliser mes souhaits :
 - o Je dois déterminer mes priorités : qu'est ce qui est maintenant le plus important pour moi ? je me base sur mes principes, mes valeurs afin de déterminer mes engagements dans le temps. Ces engagements sont conformes à ma morale. Je dois être intègre avec moi-même, responsable de mes actes, respectueux envers autrui et moi-même, disponible, prêt à résoudre les désaccords sainement et accepter les compromis avec les autres.
 - o Je précise mes objectifs et mes intérêts : qu'est ce que désire vraiment obtenir ? qu'est ce que cela va m'apporter ? Lorsque je commence quelque chose, j'imagine déjà l'objectif final (la chose finie que je vais réaliser) en distinguant la chose proprement dite de la manière dont je perçois la chose.
 - o Je crée de nouvelles possibilités qui respectent mes valeurs, mes qualités et mes objectifs à atteindre.
 - o Je choisis une ligne de conduite qui me correspond en cotant des critères objectifs afin de prendre les bonnes décisions.
 - o Je déclare publiquement mes décisions en acceptant la critique et en recherchant à tirer les leçons qui s'imposent des sous-entendus environnant.
 - o J'agis, je passe à l'action en sachant qui fait quoi et quand. D'abord je vois grand. Ensuite, je réalise une succession de petits objectifs qui me rapprochent petit à petit du grand objectif. Je fête chaque petite réussite. Je poursuis ainsi un apprentissage concret ascensionnel transformationnel.
 - o J'évalue les résultats : je corrige mes maladresses et je fête mes succès. Je réfléchis à la question suivantes : Mes actions présentes se rapprochent t'elles de mon objectif final ? Je persévère en cas de difficultés. J'évalue périodiquement les résultats acquis. Pour réussir je m'investis à fonds dans mes actions. Je respecte mes engagements et je transforme mes difficultés en succès en tirant profit les leçons qu'elles m'enseignent.

4. **Je choisis de faire ce que j'estime valable.**

- Faire ce que je dis clarifie mes intentions vis-à-vis de tous.
- Chaque action que je fais exerce un ascendant sur autrui. Mes gestes, mes paroles, mes immobilités et mes actes se répercutent sur les autres.
- Je dois faire ce que j'estime valable tout en me valorisant et en valorisant autrui.
- Je dois respecter mes engagements même lorsque les conditions sont difficiles.
- C'est lorsque tout va mal que j'apprends vraiment à connaître les gens.
- C'est dans la difficulté que ma véritable nature refait surface.
- Les six niveaux d'entente sont :

- L'entente négligeable : je dis oui par principe mais je pense non. C'est ce qui se pratique souvent lors d'une réunion. Après dans les couloirs, chacun critique en petits groupes les décisions prises au cours de la réunion.
 - L'entente indécise : cela m'est égal, faites ce qu'il vous plait...
 - L'entente passive : pourquoi ne pas se revoir un jour car maintenant je dois partir...
 - L'entente dynamique : je conviens d'une date, d'une heure et d'un lieu de rendez-vous que je note dans mon agenda...
 - L'engagement : cette entente indique ce que je m'engage à faire ce, quand et comment je le fais... afin de converger vers la réalisation d'un objectif commun. Ici tout se réalise concrètement pour atteindre le but commun final.
 - L'entente Zen : Je fais ce que je dis quoi qu'il arrive. Pas de faux-fuyant, tout est fait simplement même en dépit de circonstances difficiles.
- Je m'exprime avec franchise, je fais ce que je dis en toute honnêteté, je suis loyal avec autrui, j'agis en responsable, j'effectue un travail de qualité, je mets mes affaires en ordre, je traite les autres avec respect... et ma vie est enrichissante dans un environnement serein.
5. **Je choisis d'apprendre à tous les instants.**
- Lorsque je recherche vraiment quelque chose, un maître viendra me l'apprendre.
 - A chaque instant, je peux apprendre quelque chose si je prends la peine d'écouter autrui.
 - Chaque instant me réserve un enseignement si je porte attention à ce qui m'entoure.
 - Chaque être est un maître en soi si je capte ses enseignements.
 - Tous sans exception sont tantôt élève, tantôt professeur.
 - Je dois rechercher un enseignement tout au long de mon parcours pour vivre en harmonie avec mon cœur et ma tête.
6. **Je choisis de rechercher le meilleur en toute circonstance.**
- Pour grandir, je dois dépasser ce que je maîtrise maintenant.
 - Pour tenir les rênes de mon destin, j'apprends le meilleur dans tous les domaines utiles à mon développement personnel.
 - Pour avancer, je dois renouveler sans cesse mes connaissances et me remettre à niveau.
 - Pour rester présent, je reste compétitif dans mon domaine sinon mes concurrents me couperont l'herbe sous le pied.
 - Dans ma vie rien n'arrive par hasard, car je sème pour récolter.
 - L'important, c'est d'apprendre plus que je sais maintenant.
 - La suffisance est un pas vers la chute.
7. **Je choisis de prendre soin de moi-même.**
- Si je ne régénère pas mes forces, je ne sais pas apporter du réconfort à autrui.
 - Par habitude, je n'écoute plus, je ne fais plus attention et je n'apprends plus rien de nouveau.
 - En m'occupant d'abord de moi-même, je peux ensuite mieux aider l'autre.
 - Je dois d'abord répondre à mes propres besoins avant de comprendre les besoins de l'autre.
 - Pour aimer autrui, je dois d'abord m'aimer moi-même.
 - Je demande et je reçois, je cherche et je trouve, je frappe et l'on m'ouvre.
 - Si je ne m'aime pas, mes rapports avec autrui sont souvent difficiles.

Retrouvez ce dossier à l'adresse : <http://homeusers.brutele.be/dossiers/>