



Résumé de la conférence du 4 avril 2011 donnée par Danie Beaulieu, Ph. D. avec pour thème « Bâtir sa fierté »

Qu'est-ce que donc que la FIERTÉ ?

F comme dans Forces

L'être humain est mené par trois forces :

- le Passif
- le Réactif
- le Proactif
 - ° Junior
 - ° Senior

Qu'est-ce que le Passif ?

C'est une force qui tend à nous maintenir inactif, passif, qui fait naître peu à peu un sentiment d'impuissance, de dépression.

On naît passif, on attend que les autres fassent les choses à notre place (nous nourrir, nous changer, nous laver).

Qu'est-ce que le Réactif ?

C'est la force qui nous pousse à réagir aux demandes extérieures, aux urgences. Le réactif va d'une crise à l'autre. En réglant un problème, il est réactif, mais redevient passif, une fois celui-ci réglé. Il dépense beaucoup d'énergie, mais n'accomplit pas grand-chose. Sa motivation et ses renforcements proviennent des autres. Et, il faut aller au-delà de cela pour bâtir sa fierté.

Qu'est-ce que le Proactif ?

Le Proactif est celui qui passe à l'action, une action réfléchie, basée sur des objectifs personnels. Le Proactif décide lui-même de ce qu'il veut faire.

Il y a le Proactif Junior qui a des objectifs à court terme et, qui peut réussir sur le plan professionnel mais pas nécessairement sur d'autres plans. Un Proactif Junior n'est pas encore capable de tout décider lui-même, ... c'est en effet bien plus facile de suivre les autres.

Il y a le Proactif Senior, qui a des objectifs à long terme pour l'ensemble des départements de sa vie, basés sur une bonne connaissance de soi et le respect de ses besoins.

Pour bâtir sa fierté, il faut commencer par l'utilisation de la force **PROACTIF SENIOR**.

I comme dans Identité

Vous représentez une pièce d'un puzzle humain. Gardez-la, montrez-la, chérissez-la. Tout le monde est différent. Montrez votre pièce fièrement, personne d'autre que vous n'en possède une comme celle-là. N'espérez jamais devenir quelqu'un d'autre, vous n'y arriverez pas. Ne tentez pas d'imiter les autres, cela vous fera passer pour une simple copie, alors que vous êtes une œuvre unique.

Quand l'enfant naît, les parents découvrent les « pièces » de leur enfant. En grandissant, l'adolescent découvre les « pièces » qu'il n'a pas, au lieu de chercher celles qu'il a. Les parents doivent aider leur ado à se découvrir, à chercher qui il est. Et, comme il est une pièce unique, il ne sera pas identique à son frère. Nos enfants ont tous une mission différente et, ils tracent leur route eux-mêmes.

E comme dans Evolution

Rien n'est stable dans la vie : ou on s'améliore ou on se détériore.

Pour s'améliorer, il faut sortir de notre zone de confort. Il faut faire un pas vers l'inconnu, et avoir des objectifs ambitieux. Les parents doivent aider leurs enfants à avoir des objectifs élevés.

En étant en évolution constante, non seulement nous gagnons en fierté, mais aussi en Estime de soi.

L'Estime de soi grandit lorsqu'on s'oblige à faire des choses qui sont difficiles pour nous. Si le changement se fait tout seul, il n'y a pas de progrès.
--

R comme dans Relations

Même si nous sommes tous différents, nous faisons tous partie du même puzzle. Ecoutez les autres attentivement : ils font partie de votre vie, eux aussi. Ne dites pas aux autres qui ils doivent être, mais aidez-les à découvrir leur propre pièce. Tentez de vous lier avec les autres, votre pièce ne vaut rien toute seule.

T comme dans Travail

La fierté passe par le Travail (rémunéré ou pas), par la contribution que nous pouvons apporter aux autres. On a besoin de produire, de mettre en action les forces que nous avons reçues. Votre satisfaction et votre fierté au travail seront directement proportionnels à votre investissement.

Si vous avez le T du travail et que vous donnez votre maximum tous les jours, vous nourrissez votre enthousiasme et vous faites réellement votre contribution. Vous êtes en route vers la fierTé.

É comme dans Équilibre

Il vous faut trouver et constamment travailler à atteindre un équilibre entre votre travail, vos relations et vous-même (votre corps, votre mental et votre dimension spirituelle). Assurez-vous de conserver un bon Équilibre entre toutes les sphères de votre vie.

Bâissez votre fierté !

Pour l'AIIMM, la secrétaire,
Florence Zbinden

Delémont, avril 2011