



# TAIS-TOI! ...OUT'ES TOI ?

Par Clio Franguiadakis à Bordeaux  
Développement des performances et potentiels  
& Facilitation du changement.

## DIRIGEANT(E) ET MANAGERS : VOUS ÊTES VOTRE « BIEN » LE PLUS PRÉCIEUX AU SEIN DE VOTRE ENTREPRISE !

Vous sentez-vous parfois rattrapé(e) par votre histoire personnelle et tenté(e) de vous conformer à la pression sociale ? Levons le voile sur celui ou celle que vous êtes vraiment.

### DES MAUX ET DES MOTS ÉPROUVANTS...

Je croise souvent le chemin d'entrepreneurs, managers ou collaborateurs qui souffrent de maux et de mots reçus de leur entourage familial ou professionnel, qui les empêchent de se réaliser, de collaborer ou d'atteindre leurs objectifs. Vous avez une idée de ce dont je parle ?

- prédictions négatives : ce n'est pas pour toi, tu n'y arriveras jamais, c'est trop tard, tu n'as pas le potentiel, tu vas échouer... ;
- dévalorisations : nul, incompetent, pas capable, pas assez..., trop..., l'autre est mieux ou meilleur... ;
- conseils ou ordres limitants : fais ceci, ne fais pas comme ça, écoute-moi, laisse tomber, fais attention... ;
- messages contraignants : sois parfait ! sois fort ! fais-moi plaisir ! fais des efforts ! fais vite ! ;
- interdictions d'être soi-même : d'exprimer ses ressentis, de prendre sa place, de faire confiance à autrui, d'être proche des autres, de penser ou savoir, d'échouer ou réussir... ;
- réflexions toxiques pour le développement personnel.

### TAIS-TOI ET CONFORME-TOI !

L'individu sensible peut alors décider (in)consciemment de se protéger pour ne plus souffrir : faire silence ou ne pas faire de vagues. À savoir se taire et rester

discret ou bien se conformer, c'est-à-dire adopter une attitude consistant à se soumettre aux idées communément admises, aux usages, aux comportements, aux règles morales du plus grand nombre, du milieu ou du groupe auquel on appartient (Psychomédia). Savez-vous que 75 % des gens choisissent d'imiter les autres pour s'intégrer au groupe ? Que moins de 10 % des employés vont à l'encontre des règles afin de ne pas se démarquer ? Pourquoi prendre le risque de s'exposer et d'être attaqué ? Peu de gens osent, c'est une question de survie !

*C'est dans le choix  
que nous faisons de  
nos pensées que  
réside notre liberté !*

Emmet Fox

### DES CONSÉQUENCES FÂCHEUSES POUR VOTRE ACTIVITÉ.

Je ne me sens pas pris/e au sérieux, pas crédible ni légitime... Que vont penser les autres si... ? Je n'ai pas les qualités nécessaires pour... ! Je n'aime pas me mettre en avant en public ! Je manque de courage pour prospecter ! Difficile de fixer mon tarif ! Le client va dire non ! Et si je me plante ? Pas prêt(e) à sauter le pas ! Besoin de me former davantage ! Ces histoires que vous vous racontez parfois montrent à quel point l'ensemble des expériences passées et les feedbacks de l'entourage viennent vous impacter, avec des suites regrettables sur votre communication, organisation ou passage à l'action.

### DR JEKYLL OU MR HYDE ?

L'être humain est complexe, avec un côté sombre et lumineux. Pour exercer au mieux vos fonctions, vous endossez un masque et jouez un rôle : est-il conforme à vos besoins et aspirations ? Êtes-vous fidèle à vous-même ou risquez-vous l'épuisement et le non-sens ?

### ANTICONFORMISME ET SINGULARITÉ : 2 BEAUX « GROS MOTS » !

Votre singularité (qualités, atouts, talents) est votre marque de fabrique ! Oser questionner les certitudes et les normes : voilà la richesse ! Considéré par certains comme une menace, l'anticonformisme est avant tout une chance de contrer l'immobilisme. Oser se démarquer sans intention autre que celle d'apporter sa contribution sincère au projet auquel on croit, ce n'est pas toujours confortable, mais cela permet de se dépasser et de respecter ses besoins, malgré les résistances de son environnement. Finalement, c'est « ok » d'être soi et de réussir ! Qu'attendez-vous encore pour tenter l'aventure ?

### T'ES TOI ?

S'affirmer dans le respect d'autrui, c'est bon pour sa santé et son image, ses relations et son business. C'est quitter le mode « survie » pour les surprises et belles rencontres. C'est tenir compte de son tempérament et oser être déloyal au non-sens. C'est repenser le sens de son histoire, changer de fonctionnement pour vivre son entreprise en confiance. Avec pléthore de bénéfices potentiels : attirer les clients et partenaires qui vous correspondent ; inspirer autrui en étant vous-même lumineux(se) ; énergie, bien-être, puissance intérieure, audace, fierté, légitimité... réussite et pérennité. *What else ?*

*En faisant  
scintiller notre lumière,  
nous offrons aux  
autres la possibilité d'en  
faire autant.*

Nelson Mandela

