

AMELIOREZ VOS RELATIONS AVEC LES AUTRES. EN 2008

Pour les personnes égoïstes

Je...



Evelyne MANDESSI BELL

2007

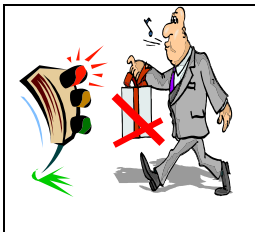
<http://www.improve-your-relationships-with-others.com>

Ci-après, vous sont proposées quelques idées de plans d'action qui concernent les principales situations relationnelles :

- . le démarrage d'une relation,
- . l'ajustement (amélioration) d'une relation en cours,
- . la reprise d'une relation ayant cessé.

Ce ne sont que des canevas que vous allez adapter à vos besoins en cas de besoin.

VOS PLANS D'ACTION



VOUS ÊTES UN INDÉCROTTABLE (M./MME/MLLE « PREND ET NE DONNE RIEN »). VOICI DES PLANS D'ACTION POUR VOUS AIDER À AMÉLIORER ET MIEUX GÉRER VOS RELATIONS AVEC LES AUTRES



Si vous avez entrepris de parcourir ces plans d'action, c'est peut-être parce que vous sentez, quelque part, que le « tocsin a sonné » et qu'il est temps pour vous de sortir de votre « bulle nombriliste ». Excellent ! C'est un bon premier pas pour mettre en terre une semence dont vous aurez tout le loisir de savourer les fruits si vous persistez dans cette direction. Mais avant d'en arriver là, commençons par le commencement. Faites honnêtement votre portrait pour mesurer la distance qui vous sépare des « fruits ». Si vous ne parvenez pas à mettre ce miroir en face de vous, jetez un coup d'œil sur le portrait-robot ci-dessous (*) avant de continuer.

■ VOUS ENVISAGEZ D'ÉTABLIR UNE NOUVELLE RELATION. VOTRE PLAN D'ACTION POUR BIEN DÉMARRER CETTE RELATION

Voici quelques points importants sur lesquels vous devez axer votre réflexion dès le départ, compte tenu de vos penchants nombrilistes :

- **les attentes de l'autre** : vous devez vous exercer sérieusement à commencer à réorienter le centre de gravité relationnel exclusivement tourné vers vous jusqu'ici et à prendre en compte ces attentes;
- **surtout éviter l'informel** : des relations informelles vous ramèneront inexorablement vers votre nombril ... : vous avez impérativement besoin d'un « tuteur », donc un canevas relationnel est indispensable dans vos relations avec les autres pour maintenir la direction du centre de gravité ainsi réorienté au bon endroit ...

(*) L'égoïste (M./Mme/Mlle « Prend et ne donne rien »)	
Vos caractéristiques	Les yeux rivés sur votre nombril, c'est une évidence que le monde a été créé pour vous servir et que vous, vous ne devez rien à personne. Moins vous donnez, plus vous vous épanouissez.
Comment vous comportez-vous ?	Votre unique programme est d'abord vous, encore vous et toujours vous. De quel droit quelqu'un d'autre peut-il/elle avoir des désirs, des attentes ? Seuls les vôtres valent la peine qu'on s'y penche et vous déployez beaucoup d'énergie en ce sens.
Que peuvent en général attendre les autres dans le cadre de relations avec vous ?	Avec vous, attention et dévouement sans contrepartie sont le lot quotidien de vos proches. Ils ne « tiennent la distance » qu'avec une sérieuse dose d'abnégation. ...