

Mois 6 – Faire "comme si"

Beaucoup de personnes s'inquiètent au sujet des compétences qu'elles n'ont pas. Certaines sont préoccupées par leur manque de confiance, de grâce ou de charme. Elles pensent ne pas être de la partie. Elles craignent de ne pas être à la hauteur. Le meilleur moyen d'aller au-delà de ces insécurités est de faire semblant. Si vous n'êtes pas confiant, ou que vous sentez que vous êtes mis à l'écart... Agissez en donnant le change. "Faites comme si" vous étiez la personne que vous souhaiteriez être. L'exercice de ce mois-ci vous aidera à apprendre à "faire semblant".

SEMAINE 1:

La première semaine consiste à identifier quelques-unes de vos faiblesses, réelles ou imaginaires. Faites une introspection et trouvez des traits de personnalité et/ou faiblesses négatives que vous *pensez* avoir. Quelques exemples: paresseux, manque de confiance, craintif, ne pas être un bon orateur, ne pas être ponctuel etc...

Pensez à cinq d'entre elles.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

SEMAINE 2:

Pour chacune de vos faiblesses, pensez à quelqu'un qui ne la possède pas. Vous pouvez penser à des personnes de votre entourage, des célébrités, des hommes ou femmes d'affaires ou n'importe qui. Pour chaque faiblesse ci-dessus, listez quelqu'un qui personnifie son contraire.

1.

2.

3.

4.

5.

SEMAINE 3:

Continuons dans ce registre... Maintenant que vous avez une liste de 5 personnes, tentez de déterminer pourquoi vous pensez que ces dernières ne possèdent pas les mêmes faiblesses que vous. Comment agissent-elles différemment? Comment dépassent ou évitent-elles ces faiblesses? Quels traits ont-elles et que vous n'avez pas?

1.

2.

3.

4.

5.

SEMAINE 4:

Une fois de plus nous avons gardé la semaine 4 pour que vous puissiez "montrer et prouver". Maintenant que vous avez les listes ci-dessus, identifiez trois façons différentes de "faire semblant". Essayez ainsi toute la semaine. Si vous êtes timide et que vous avez identifié une personne qui ne l'est pas, et comment elle procède... agissez simplement comme elle pendant une semaine. Voyez ce qu'il se produit. Vous pourriez être surpris.

Choisissez de 1 à 3 actions ou traits dans la liste dressée précédemment... et agissez en accord pendant toute cette semaine.