

## Ne soyez plus bouc émissaire

Vous est-il déjà arrivé d'être un bouc émissaire, d'être marqué au fer rouge, d'être mis au pilori, que l'on vous mette des bâtons dans les roues ?

Si c'est le cas, comment avez-vous réagi dans ces circonstances pénibles ?

Il est évident qu'il s'agit de choses très difficiles à encaisser.

Certes, chacun a ses opinions, chacun peut émettre des critiques à condition qu'elles soient constructives, utiles. Mais là, il est plutôt question de reproches continuels, injustifiés. On parle des individus qui prennent un malin plaisir à vous rebaisser, vous critiquer, vous détruire, vous décourager. Ils vous prennent pour des débilés profonds et vous jugent incapable de faire quelque chose de vos dix doigts.

La meilleure attitude à adopter dans ce cas-là, c'est de tout faire pour ne pas vous préoccuper de ces propos, de ne pas être touché au plus profond de vous-même.

Vous devez continuer à aller de l'avant. Il est primordial que vous ne soyez pas bloqué dans votre élan. Vous ne devez pas vous laisser déstabiliser, démoraliser. Il faut surtout éviter de tout garder pour vous : si vous êtes bouc émissaire à votre travail, parlez-en ! que ce soit à votre délégué syndical, au médecin du travail, à votre conjoint. C'est le seul moyen d'évacuer la pression et de ne pas craquer. Cela demande une grande force de caractère mais à partir du moment où vous savez ce que vous êtes et ce que vous valez, vous y arriverez !

Et au lieu de vous abattre, cela doit vous donner plus de rage pour avancer et pour prouver à toutes ces personnes malintentionnées (pour être poli) que vous avez raison.

Bien sûr, c'est fatiguant de toujours devoir se justifier, de prouver continuellement ce dont on est capable. Mais c'est nécessaire pour avancer, pour progresser.

Ce n'est pas toujours évident d'aller à l'encontre de certaines personnes, imbues de leur petit pouvoir, qui font tout pour vous barrer le chemin. J'en connais un en particulier qui aime dire qu'il est payé pour être méchant, que c'est son métier !

Même si les discussions continuelles, les justifications ne suffisent pas parce que la personne en face de vous est butée et a la possibilité de vous bloquer, vous ne devez jamais renoncer. A partir du moment où vos arguments sont corrects, clairs et précis, vous n'avez aucune raison de vous taire.

Attention, ce n'est pas parce que l'on ne vous respecte pas que vous devez agir de même. Ne rentrez jamais dans leur jeu. Restez toujours poli, ne criez pas, ne vous mettez pas en colère. Soyez maître de vous, de vos nerfs. Si vous vous emportez, la personne en face de vous aura gagné !

Si vous savez où aller et si vous avez la motivation nécessaire, rien ne vous arrêtera. Restez toujours positif, optimiste. Pour combattre les spécialistes de la critique gratuite, les petits chefs, les persécuteurs, inondez votre esprit de choses positives (pensées, dvd, livres, etc.). Cela vous boostera et vous permettra de supporter, de combattre, voire d'annihiler toute cette négativité.

A partir du moment où vous avez un objectif à poursuivre, vous pouvez soulever des montagnes. Vous pouvez parvenir à accomplir des choses dont vous ne soupçonniez pas être capable. Tout est une question de motivation.

Imaginez que votre bébé soit dans une pièce en flammes et vous derrière la porte fermée à clef, ne croyez-vous pas que dans ce cas vous seriez capable de défoncer la porte même si vous êtes quelqu'un de frêle ?

Comme on dit souvent, si l'on vous ferme la porte, passez par la fenêtre.

Ne vous laissez pas faire, battez-vous, tournez le dos à ce genre d'énergumènes et avancez en étant encore plus déterminé.

Montrez à tous de quoi vous êtes capable !

Vous est-il déjà arrivé d'être un bouc émissaire, d'être marqué au fer rouge, d'être mis au pilori, que l'on vous mette des bâtons dans les roues ?

Si c'est le cas, comment avez-vous réagi dans ces circonstances pénibles ?

Il est évident qu'il s'agit de choses très difficiles à encaisser.

Certes, chacun a ses opinions, chacun peut émettre des critiques à condition qu'elles soient constructives, utiles. Mais là, il est plutôt question de reproches continuels, injustifiés. On parle des individus qui prennent un malin plaisir à vous rebaisser, vous critiquer, vous détruire, vous décourager. Ils vous prennent pour des débilés profonds et vous jugent incapable de faire quelque chose de vos dix doigts.

La meilleure attitude à adopter dans ce cas-là, c'est de tout faire pour ne pas vous préoccuper de ces propos, de ne pas être touché au plus profond de vous-même.

Vous devez continuer à aller de l'avant. Il est primordial que vous ne soyez pas bloqué dans votre élan. Vous ne devez pas vous laisser déstabiliser, démoraliser. Il faut surtout éviter de tout garder pour vous : si vous êtes bouc émissaire à votre travail, parlez-en ! que ce soit à votre délégué syndical, au médecin du travail, à votre conjoint. C'est le seul moyen d'évacuer la pression et de ne pas craquer. Cela demande une grande force de caractère mais à partir du moment où vous savez ce que vous êtes et ce que vous valez, vous y arriverez !

Et au lieu de vous abattre, cela doit vous donner plus de rage pour avancer et pour prouver à toutes ces personnes malintentionnées (pour être poli)

que vous avez raison.

Bien sûr, c'est fatigant de toujours devoir se justifier, de prouver continuellement ce dont on est capable. Mais c'est nécessaire pour avancer, pour progresser.

Ce n'est pas toujours évident d'aller à l'encontre de certaines personnes, imbuës de leur petit pouvoir, qui font tout pour vous barrer le chemin. J'en connais un en particulier qui aime dire qu'il est payé pour être méchant, que c'est son métier !

Même si les discussions continues, les justifications ne suffisent pas parce que la personne en face de vous est butée et a la possibilité de vous bloquer, vous ne devez jamais renoncer. A partir du moment où vos arguments sont corrects, clairs et précis, vous n'avez aucune raison de vous taire.

Attention, ce n'est pas parce que l'on ne vous respecte pas que vous devez agir de même. Ne rentrez jamais dans leur jeu. Restez toujours poli, ne criez pas, ne vous mettez pas en colère. Soyez maître de vous, de vos nerfs. Si vous vous emportez, la personne en face de vous aura gagné !

Si vous savez où aller et si vous avez la motivation nécessaire, rien ne vous arrêtera. Restez toujours positif, optimiste. Pour combattre les spécialistes de la critique gratuite, les petits chefs, les persécuteurs, inondez votre esprit de choses positives (pensées, dvd, livres, etc.). Cela vous boostera et vous permettra de supporter, de combattre, voire d'annihiler toute cette négativité.

A partir du moment où vous avez un objectif à poursuivre, vous pouvez soulever des montagnes. Vous pouvez parvenir à accomplir des choses dont vous ne soupçonniez pas être capable. Tout est une question de motivation.

Imaginez que votre bébé soit dans une pièce en flammes et vous derrière la porte fermée à clef, ne croyez-vous pas que dans ce cas vous seriez capable de défoncer la porte même si vous êtes quelqu'un de frêle ?

Comme on dit souvent, si l'on vous ferme la porte, passez par la fenêtre.

Ne vous laissez pas faire, battez-vous, tournez le dos à ce genre d'énergumènes et avancez en étant encore plus déterminé.

Montrez à tous de quoi vous êtes capable !

## Au sujet de l'auteur

Co-auteurs : BRUNET Isabelle (spécialiste en développement personnel) et GAWELIK Katy (Docteur en droit, spécialiste en bien-être et en épanouissement personnel).

Pour renforcer votre force de caractère, téléchargez gratuitement l'ouvrage « Comment Développer Votre Force De Caractère » sur le site Abond@nce Editions : <http://www.abondance-editions.com>, à la rubrique « Cadeaux gratuits ».

« Vous êtes autorisé à publier cet article sur votre site à la seule condition de garder le contenu intact, d'indiquer le nom des auteurs et de maintenir les liens cliquables ».

Source: <http://www.webmaster-gratuit.com>