



« Gagnez en autorité naturelle »

Mathieu MAURICE

(InterEditions, juin 2004)

Introduction de l'ouvrage

Conduire ses relations ou les subir...

Gagner en autorité naturelle et rendre nos relations constructives, c'est-à-dire fécondes, efficaces et confortables : une priorité pour chacun de nous. Parce que notre rapport à l'autorité s'est profondément modifié depuis 30 ans. Parce que notre vie relationnelle prend une place de premier ordre dans notre existence. Qu'il suffise de penser que la première cause de démission dans les entreprises est la mésentente avec son supérieur hiérarchique. Tout récemment, une enquête révélait que les bonnes relations au travail constituaient la première source de motivation professionnelle...

L'autorité naturelle n'est pas l'autorité tout court : c'est la capacité à s'affirmer par sa seule présence, sans s'agiter, sans élever la voix, sans imposer. C'est la capacité à prendre sa place dans des relations confortables et efficaces. Dans la vie familiale, la vie sociale ou la vie professionnelle, l'autorité naturelle est gage de relations saines et équilibrées. C'est elle qui nous donne le courage d'être nous-mêmes, le plus pleinement possibles et de gagner en authenticité vis-à-vis de nous-mêmes et des autres.

Comment gagner en autorité naturelle et rendre nos relations constructives, c'est-à-dire fécondes, efficaces et confortables ? Répondre à cette question, c'est aborder des thèmes aussi différents que la nature des relations, l'agressivité, le charisme, l'authenticité, l'intuition. Ces thèmes sont profondément liés. Chacun de nous possède naturellement des talents relationnels. Lorsque nous les utilisons pleinement, nous dégageons toute notre autorité naturelle, nous menons nos relations comme nous l'entendons, nous développons notre impact sur l'environnement et sur les autres, nous manifestons notre charisme, nous sommes authentiques envers nous-mêmes et envers les autres. Par là même, nous nous désinhibons et nous développons notre intuition.

Cet ouvrage constitue un parcours de découverte et d'entraînement personnel destiné à développer votre autorité naturelle dans le cadre de relations pleinement constructives, que ce soit dans votre vie personnelle ou professionnelle. Vous pouvez suivre ce parcours étape par étape. Vous pouvez aussi organiser votre parcours personnel en choisissant l'ordre des étapes.

Le pays des relations constructives est un immense territoire à conquérir, pour faire de chaque rencontre, de chaque relation, une chance, une occasion, une opportunité. Quel type de relations choisissons-nous ? Chacun se trouve quotidiennement face à un choix : conduire ses relations ou les subir. Le premier choix est exigeant et fructueux ; le second est facile à faire et difficile à vivre. Les trois paris que vous propose ce livre sont destinés à jalonner votre parcours pour gagner en charisme et en authenticité dans le cadre de relations toujours plus constructives. Pour celui qui décide de construire ses relations, chaque relation, heureuse ou malheureuse est une opportunité : opportunité de s'enrichir, de s'adapter, d'essayer de nouvelles approches, de sortir d'une routine... Chaque échec comme chaque réussite est l'occasion d'apprendre et de progresser.

- Le premier pari vous emmène à la découverte des relations constructives. L'enjeu est de construire avec l'autre, en toutes circonstances, même en situation difficile, y compris quand l'autre veut détruire... Pour cela, nous ferons un détour par l'agressivité : comment gérer notre agressivité et celle des autres ? Comment utiliser notre énergie agressive pour construire ?

- Le deuxième pari vous fait découvrir la clé de l'autorité naturelle : booster son charisme personnel. Comment développer la force de sa personnalité, découvrir et utiliser ses talents cachés : pouvoir d'affirmation par l'action, pouvoir d'influence par l'ambiance, stratégies relationnelles dominantes. Comment les prendre en main et les utiliser comme de véritables talents relationnels en vue de relations confortables et efficaces.

- Le troisième pari est celui de l'apprentissage d'outils concrets pour piloter de façon stratégique vos échanges, pour agir sur votre paysage relationnel et pour modifier les relations qui vous font souffrir.

- Enfin, la dernière partie de ce livre est consacrée à un phénomène psychologique, à la fois clé de nos difficultés relationnelles et clé de notre épanouissement relationnel. Vous y expérimenterez le pouvoir de l'authenticité, de la cohérence intérieure et de l'intuition relationnelle.

Conduire ses relations est parfois une épreuve, souvent un art, toujours un choix courageux. Cela suppose de dépasser ses inquiétudes, d'oser être pleinement soi-même, autrement dit d'affirmer son charisme personnel. Chacun de nous est, en permanence, face à une alternative : faire de ses relations une occasion d'épanouissement et d'enrichissement ou bien une occasion de souffrance et de régression ; conduire ses relations pour construire avec l'autre, ou bien se laisser conduire par des relations destructrices. La première alternative est celle des Relations constructives. Cette dénomination recouvre deux idées forces : d'abord, une relation se construit à travers des objectifs communs. Une relation épanouissante est une relation ouverte à autre chose qu'elle-même : un projet, un sens, une réalisation commune... En second lieu, une relation satisfaisante se construit. Elle implique une exigence mutuelle et une attention renouvelée. Les relations constructives se distinguent des relations destructrices par le fait même qu'elles sont fructueuses, confortables et efficaces. Plus encore, elles sont donc réciproques : on ne construit pas tout seul une relation. La gentillesse n'est pas forcément la meilleure alliée des relations...

Le choix proposé dans cet ouvrage pour gagner en autorité naturelle est donc celui des relations constructives, du charisme et de l'authenticité ! Il part du principe que, au travail ou à la maison, chacun d'entre nous peut gagner en confort, en efficacité et en impact dans ses relations. Chacun d'entre nous peut devenir plus authentique avec soi-même et avec les autres. Chacun d'entre nous peut faire de chacune de ses relations une chance !