

## Image de soi, image de l'autre

Entre illusion, perception, impression et interprétation....

Quand il est question de nos rapports aux autres aussi bien dans un cadre professionnel qu'interpersonnel, il est essentiel d'avoir conscience de l'image de soi que l'on envoie aux autres, de l'impact que celle-ci a sur les perceptions de nos interlocuteurs et comment elle interfère dans nos relations avec autrui.

Mais c'est sans compter que nous avons aussi à faire avec l'image que nous renvoie autrui également et de son impact sur nos propres perceptions.

A travers notre visage, notre regard, notre attitude nous envoyons un certain nombre d'information sur notre personnalité, notre humeur, nos émotions... Parmi ces informations, il y a les éléments que l'on maîtrise et ceux qui nous échappent...

Or, parce que nous interprétons ce que nous pensons voir de façon empirique et arbitraire, nous sommes confrontés à notre propre complexe de l'estrade, notre peur du jugement, une réaction anticipée de défense sociale : on regarde celui qui parle et on écoute au-delà des mots.

Et si nous admettions que ces différents visages, facettes, aspects de nous-mêmes ne sont finalement rien de plus que le masque et le costume de notre rôle ou des rôles que nous jouons tous en société et que nous adoptons en fonction des situations auxquelles nous sommes confrontés...

Et si nous mettions en oeuvre une autre façon de regarder, d'observer, d'écouter, sans juger ni interpréter mais acceptions simplement de ressentir...

Et si nous prenions en compte que l'intention n'est pas toujours la réception, loin de là...

Que se passerait-il ?

"On ne voit pas les choses comme elles sont mais comme on est."  
Les Accords Tolstèques

Cette thématique fait l'objet d'une formation élaborée en collaboration avec :

# Musa Decima