

Êtes-vous Bâtitteur ou Destructeur ?



Comme vous le savez, comme consultant, je rencontre plusieurs catégories de gens, de tout acabit.

Dans la très grande majorité du temps, j'ai l'opportunité de rencontrer et d'exercer ma profession avec des gens qui ont une attitude de Bâtitteurs.

La particularité de ces gens est, entre autres, qu'ils ont le regard tourné vers l'avenir et vers les nouvelles possibilités.

Ils sont positifs, bienveillants pour les autres et leur profession, prennent soin de tout et de tous, dans l'optique de devenir meilleurs et de bâtir des projets qui sont alignés avec des valeurs progressives.

Bon, bon... sortons maintenant de notre nuage, car à lire cela, on pourrait croire à un conte de fées !

...et pourtant !

Voyons maintenant les particularités de ces deux types de caractères : Bâtitteur et Destructeur.

J'ouvre une parenthèse, ici : il est plutôt rare que j'aie rencontré un destructeur parmi les personnes qui m'ont directement engagé. À peine deux fois, à mon souvenir. C'est normal, car la personne qui engage un Consultant et Conférencier, comme moi, le fait dans le but d'élever la conscience, et le sentiment d'appartenance et d'engagement, de la part de ses collaborateurs. Ça va de soi !

D'un autre côté, dans ce Bulletin, je ne me concentrerai pas sur les équipes avec lesquelles je travaille, mais plutôt sur les caractéristiques des gens que vous pouvez rencontrer dans votre vie de tous les jours. Ces mêmes gens qui font partie de votre famille, de vos amis, vos voisins, vos collègues et connaissances.

Tout d'abord, vous pouvez déceler si la personne est un bâtisseur ou un destructeur, dans son langage, même lors des discussions-éclaircies, de type « small talk ». C'est ici que l'on peut percevoir les premiers signes, de forces et de faiblesses.

Dans ses échanges verbaux, le destructeur peut sembler avoir un discours positif, mais ses interventions, même très courtes, se terminent souvent par une idée plutôt sombre, un genre de doute à ce qui vient d'être exprimé.

Comme exemple, lorsque vous lui parlez de la belle météo du jour, le destructeur vous répondra : « C'est vrai qu'il fait beau ! Mais j'espère que la fin de semaine prochaine sera plus belle que la fin de semaine dernière ! ». Soupir...

Tandis que le bâtisseur tentera de rattraper la balle, et de montrer le côté brillant d'une situation, quelle qu'elle soit ! Vous voyez la différence entre les deux types ? Poursuivons...

Ou encore, le destructeur tiendra toujours le rôle de « l'avocat du diable », en soulignant les faiblesses d'un projet, d'une équipe, ou même les faiblesses dans son couple.

Peut-être vous dites-vous : Une telle personne peut être importante, pour soulever les déficiences d'un projet ou d'une équipe, non !? »

Vous avez raison, mais lorsque cette même personne ne cesse de parler des **impossibilités**, sans jamais apporter de **solutions** sur la table... ce n'est pas très bâtisseur, car un bâtisseur est constamment en « mode solutions » !

Un vrai bâtisseur peut parfois sembler avoir la tête dans les nuages, mais ses intentions sont axées vers l'avenir, vers une amélioration quelconque, et il est prêt à sortir de sa zone de confort, chaque fois où cela est nécessaire.

Tandis que le destructeur est celui qui n'aime pas le changement, surtout celui apporté par un bâtisseur... il l'évite à tout prix !

Comme exemple, dans la vie de couple, le bâtisseur est celui qui fait des plans, que ce soit pour les voyages, les sorties, les améliorations de toutes sortes, ou pour réunir les membres de la famille.

Tandis que le destructeur critique, aime semer la chamaille (on dirait même qu'il s'en nourri), et va même jusqu'à remettre en doute la solidité du couple, ou encore de la famille.

Au niveau de la santé, le bâtisseur est à la recherche du mieux-être par l'action, et il est à l'affût de ce qui lui est proposé comme solution pour sa santé. Il est prêt à y mettre l'effort, pour garder son autonomie et améliorer la qualité de vie de chacun.

Tandis que le destructeur, qui lui n'aime toujours pas le changement, cherchera un apparent bien-être dans l'inaction et la sédentarité, et sera fermé à toute tentative du bâtisseur, de sortir de sa zone de confort... on croirait même qu'il met sa tête dans le sable, lorsque vient le temps de faire face à une condition de santé quelconque, et préfère s'en remettre, encore une fois, à l'inactivité et l'indécision.

Comme vous l'avez peut-être deviné, une des particularités du destructeur, c'est l'autosabotage !

Souvent, cet autosabotage est réalisé par l'immobilisme, car le destructeur ne démolit pas chaque fois en réduisant en miettes un projet, mais il le fait très souvent en demeurant simplement immobile... en refusant de faire ce qui est attendu de lui pour sauvegarder un projet, que ce soit une amitié, ou la famille, ou encore la santé ou son attitude positive, ou encore dans l'exercice de ses fonctions au travail.

En fait, ce qui fera bouger le destructeur, c'est la peur de perdre un acquis, comme de perdre de l'argent, ou un avantage social quelconque. Alors là, il criera à l'injustice ! Vous entendrez alors ses lamentations à mille lieues...

En résumé, le bâtisseur entretient et bâtit l'avenir dans ses décisions et l'action. Le bâtisseur est aussi un créateur, car pour lui, créer, c'est de mettre à profit les talents qui lui ont été donnés.

Tandis que le destructeur, même par son immobilisme, laisse tomber en lambeau et néglige de suivre la Vie, qui elle, est en constante progression.

Il est possible de détruire par l'immobilisme, car tout ce qui ne progresse pas, finit par régresser et s'auto-détruire.

Remarquez bien le bâtisseur : même s'il est conscient qu'il n'y a plus de place pour lui dans un projet, que ce soit par manque de compétence, ou même parce qu'il ne s'entend pas bien avec un supérieur, il saura sortir de cette relation avec de la Classe, car il sait que, peu importe ce que l'on fait, on doit faire de son mieux, et ce, jusqu'au bout, que ce soit dans le couple, en s'impliquant dans un club social, dans une équipe de sport, ou au travail !

Alors que dans une équipe de travail, on peut même parfois se demander si le destructeur ne se retrouve pas sur la liste de paie de quelqu'un d'autre, tellement on croirait que ses efforts sont axés, subtilement bien sûr, à l'anéantissement du projet !

Surtout... surtout lorsque le destructeur ne voit plus d'espoir pour lui, et cela s'applique dans une équipe, un projet, ou une relation... il est comme ça ! C'est lui ! Il détruit !

Vous savez ce qu'on dit ?

Une mère lapine (la femelle du lapin) tuera ses petits, avant de mourir... et c'est ce que tentera le destructeur, juste avant de quitter précipitamment un projet ou une équipe.

...ça porte à réflexion, n'est-ce pas ?

Jusqu'où irez-vous ?

* **Je vous invite**, comme chaque fois, à répondre aux questions qui suivent, un peu plus bas.

P.S. : Si toutefois, vous ne vous sentez pas bien dans votre peau, soit parce que vous croyez que votre poids peut être un obstacle (poids en trop ou trop mince), ou que vous aimeriez avoir de l'aide pour une remise en forme, veuillez communiquer avec un de nos **Praticiens et Entraîneurs diplômés**, pour consultations personnalisées :
(info@topshape-fitness.com , 1-866-588-5220)

P.P.S. : Lorsque vous serez prêt, informez-vous du **PROGRAMME TRANSFORMATION TOTALE de Corps et d'Esprit!**, pour des objectifs, entre autres, en perte de poids, pour vous **Sentir Mieux, dans votre Tête et votre Corps !**

Ne laissez pas votre prochain événement au caprice du HASARD !

Que ce soit pour une **Conférence de Motivation**, de **communiquer de nouvelles idées ou perspectives**, ou un **message délicat**... Confiez cette responsabilité à un professionnel !

Communiquez dès maintenant avec Paul pour vérifier ses disponibilités
Conférences et Formations → Tél.: 1-866-588-5220

Vous aimez ce bulletin ? Voyez **d'excellentes ressources** qui vous permettront de **parfaire vos talents et aptitudes**, tant dans votre vie personnelle que professionnelle.

Laissez-vous Guider par un Expert !

[www.paulrousseau.com/Boutique Achat en Ligne.html](http://www.paulrousseau.com/Boutique_Achat_en_Ligne.html)

de **là où vous êtes...** à **là où vous désirez être !**

Jusqu'où irez-vous ?

Copyright ©

Paul Rousseau, Coach Certifié/Conférencier
Provoque l'Action et l'Engagement à l'Excellence
Tél. : 1-866-588-5220

Auteur, Conférencier, Coach en Nutrition et Psychologie sportive / Entraîneur privé Certifié, Paul Rousseau est reconnu pour ses capacités à transformer l'Attitude et le Leadership personnel, par le **MINDSET, la Nutrition et le Fitness**, en permettant à des milliers de personnes d'accéder à leur prochain niveau d'**Excellence**.

Artiste martial, ceinture noire 2^e Dan dans six disciplines d'arts martiaux; Co-Fondateur de TopShape-Fitness.com, site de Bonne Forme et Santé, de Corps et d'Esprit, Paul Rousseau est un réel performeur.

* Il peut vous aider à effectuer une réelle **Transformation, de Corps et d'Esprit !**

** Visitez PAULROUSSEAU.COM pour plus de détails.

Attitude – Automotivation – Leadership

Faites une Différence !

→ **Proposez maintenant Paul Rousseau
pour une prochaine Conférence dans votre organisation**

* Déjà inscrit ? Merci de [Donner au Suivant](http://www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html) : www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html

* Pas encore inscrit ? [Inscrivez](http://paulrousseau.com/abonnement_excell-pro.html)-vous gratuitement au Bulletin dont **tout le monde** parle !
http://paulrousseau.com/abonnement_excell-pro.html

www.paulrousseau.com

- Réflexion créative -

Prenez un instant pour vous poser et répondre à ces questions :

- Suis-je conscient si parfois j'adopte une attitude de destructeur ? Je sais, je sais... ça prend beaucoup d'humilité pour répondre par l'affirmative...

- Ai-je l'humilité de nommer un exemple concret dans ma vie, où j'ai eu une attitude de Bâtitseur ? Lequel ? Et de Destructeur ? Lequel ?

- **Comme Leader** : Qui puis-je aider à développer davantage des qualités de Bâtitseur ? (dans ma famille; dans ma profession; dans mes connaissances; en pratiquant un sport; etc.)

de là où vous êtes... à là où vous désirez être !

Jusqu'où irez-vous ?

- Faites suivre ce document à toutes personnes qui pourraient en bénéficier -