

Focus sur vos points forts !



3 clés
pour reprendre
courage !

Saviez-vous que le simple fait d'évoquer vos points forts vous met immédiatement dans de meilleures dispositions : plus de confiance, plus de combativité, plus de motivation, plus de joie, plus d'énergie !

C'est la 3ème clé pour retrouver courage.

Vous êtes-vous déjà posé la question : quels sont mes points forts ?

Avez-vous déjà pris le temps de les identifier clairement ?

Ou bien passez-vous peut-être plus de temps à déplorer vos points "faibles" ?

Albert Einstein disait : « Chaque être humain est un génie. Mais si l'on juge un poisson sur sa capacité à grimper aux arbres, il passera sa vie entière à croire qu'il est stupide » (!)

Alors, êtes-vous de ceux qui se désolent de ne pas pouvoir "grimper aux arbres" et qui se retrouvent ainsi abattus et démotivés ? Si oui, quel gâchis ! Il est temps pour vous de rectifier votre perspective de vous-même.

Certes, il y a plein de choses pour lesquelles nous ne sommes pas spécialement doués, mais à quoi bon le ressasser alors que par ailleurs nous avons chacun des domaines spécifiques dans lesquels nous excellons, des capacités qui nous sont tellement familières que nous les négligeons.

Alors à quoi peut-on reconnaître un point fort ?

En voici quelques caractéristiques :

- On se sent dans son élément
- On le fait sans effort, avec élan et passion
- Notre entourage le remarque et le relève souvent
- Cela est inné et remonte souvent à notre enfance
- Cela nous procure joie, plaisir, énergie, enthousiasme
- On peut l'exercer dans un domaine particulier
- On peut le développer mais pas le fabriquer de toutes pièces

Inspirez-vous de cette liste et réfléchissez à vos trois points forts principaux. Quels seraient-ils ? Si vous ne trouvez pas d'emblée, ne vous inquiétez pas. Voici quelques exemples :

Un point fort peut être une facilité particulière à nouer une relation, ou bien une prédisposition à analyser rapidement un problème. Ou encore une passion délaissée pour la lecture, la musique, la cuisine, le sport, ou encore le dessin... peut-être un côté créatif depuis l'enfance ou au contraire un sens aigu de l'organisation et de la discipline.

Soyez vigilants dans les prochains jours pour essayer de discerner quelles sont vos domaines de prédilection : observez-vous avec une attention constructive, relevez vos facilités et vos réussites, interrogez aussi votre entourage qui s'avèrera un précieux allié pour identifier avec certitude vos nombreux talents.

Quelque soit le résultat de votre réflexion, retenez que le simple fait de vous connecter à toutes ces ressources déjà présentes en vous, vous redonnera immédiatement le goût et le courage de poursuivre votre route !

[« Va avec cette force que tu as ! » Juges 6.14](#)

Cathy Jenn [S'ABONNER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



16 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2022 -
www.topchretien.com