

BEL ÉTÉ AVEC LES ACCORDS TOLTÉQUES

LA LETTRE DE CATHERINE - WWW.AIR-RH.FR

QUE VOTRE PAROLE SOIT IMPECCABLE

Premier des accords toltéques : une parole sans jugement pour l'autre, qui cède la place à la curiosité plutôt qu'à l'énervement face à la contradiction, qui suppose que l'autre n'a jamais tout à fait tort bien qu'il n'ait non plus ni tout à fait raison...



QUOI QU'IL ARRIVE N'EN FAITES PAS UNE AFFAIRE PERSONNELLE

Tout ce que l'on vous dit n'est pas dirigé contre vous personnellement...Lorsqu'une de vos actions n'est pas à la hauteur des attendus ou ne plait pas, on ne parle que de votre action, pas de vous intrinsèquement...Apprenons à Séparer ce que nous sommes de ce que nous faisons : la différence est de taille !

CE QUE DISENT LES AUTRES

Ce que vous pensez ou dites ne concerne que vous tout comme ce que disent ou font les autres même à votre propos, ne concernent qu'eux ! Dans ce que disent les autres, il y a une part qui les concerne plus qu'elle ne vous concerne... Apprenons à lâcher prise concernant la parole d'autrui sur nous même

NE FAITES PAS DE SUPPOSITIONS

Ne rien imaginer de ce que l'autre peut penser, ne pas interpréter ce qu'il a envie de faire...mais plutôt lui demander ce dont il a besoin, ce qu'il pense et pourquoi il dit cela... ne pas faire une affaire personnelle d'un refus ou d'une contradiction... une bonne formule pour bien se comprendre et ne pas interpréter !

FAIRE TOUJOURS DE SON MIEUX !

Faire toujours de son mieux c'est aussi gérer dans nos communications, nos agacement qui induisent le ton de nos réponses tellement perceptible par l'autre ! Savoir mettre à distance ces émotions ou les évoquer tranquillement pour offrir à l'autre la capacité de les comprendre

FAIRE TOUJOURS DE SON MIEUX

Respectez vous tout autant que vous respectez autrui : faites le mieux pour lui mais aussi pour vous ! Faites preuve d'indulgence et de bienveillance tout autant pour lui que pour vous. Faire toujours de son mieux...et seulement de son mieux ! Savoir le reconnaître c'est aussi pouvoir s'excuser lorsque "notre mieux" n'est pas au rendez-vous !



BEL ÉTÉ ET BONNE COMMUNICATION À TOUS

en laissant à distance nos portables !!