

La revue internationale pour les professionnels de soutien direct

Le numéro d'août : le développement du leadership personnel

Par : Dave Hingsburger

Le mois d'août est un mois étrange. L'été va bon train et septembre arrive à grands pas. L'approche de la fête du Travail ressemble, pour plusieurs, à l'approche du 'vrai Nouvel An'. Nous nous rappelons tous les classes qui commençaient et la sensation de `table rase` avec nos cahiers vides, dans l'attente que tout commence. Mais dans cet esprit, l'esprit des nouveaux départs, les gens pourraient commencer à penser aux possibilités nouvelles, au développement de compétences nouvelles pour le leadership et à la croissance personnelle.

«Comment puis-je devenir un leader?»

«De quoi ai-je besoin pour avancer dans la vie?»

«Comment puis-je me motiver et motiver les autres?»

Ce sont des questions parfaites pour le mois d'août.

Ce mois-ci traitera des réponses à ces questions. Soyez prêts – il se peut que vous n'aimiez pas tout ce qui est sur cette liste!

Éditeurs: Dave Hingsburger, M .Ed.
Angie Nethercott, M.A., RP

1) Choisissez de vivre une vie d'adulte

Oui, vous avez bien lu. Devenez un adulte. Grandissez. C'est peut-être l'étape la plus importante à franchir pour croître et devenir la personne que vous voulez être. Nous arrivons à maturité physiquement bien avant d'y arriver émotionnellement. C'est à la fois merveilleux et terrifiant. Cela peut être si merveilleux que nous ne voulons jamais abandonner l'état perpétuel 'd'adolescents dotés de potentiel' et, avant même que nous le remarquions, nous sommes devenus 'obsoletes sans qualifications.' Il y a de nombreuses façons d'examiner ce à quoi ressemble l'âge adulte et comment la maturité se manifeste. La façon dont nous allons le décrire ici est : la réalisation que, quelquefois, les choses sont vraiment votre faute.



Hands | Mains

TheFamilyHelpNetwork.ca
LeReseaudaideauxfamilles.ca



Pour moi, cela est arrivé beaucoup trop tard mais à temps pour effectuer des changements. J'allais à un rendez-vous et il y avait déjà une heure que j'étais dans l'auto; il me restait un autre 40 minutes de conduite avant d'atteindre ma destination. Je pensais à un incident qui s'était produit à l'organisme pour lequel je travaillais comme préposé. Je pensais qu'ils avaient été méchants envers moi, injustes, et qu'ils étaient tous des brutes. Soudainement, j'ai réalisé, sans m'y attendre et sans le vouloir, que j'avais été un parfait idiot. Que c'était tout à fait leur droit de ressentir de la frustration à mon égard. Que j'avais été égocentrique. Que je les avais considérés comme des tyrans et moi comme une victime innocente. Mais ce n'est pas la façon dont j'ai vu cela pendant mon trajet en voiture. Je me suis rendu compte à ce moment-là que je suis l'auteur de ma propre vie, que je n'y suis pas un participant passif, que je suis en relation profonde avec ma vie. Mais pour quelque raison que ce soit, j'avais vu les choses différemment lors de l'incident, comme un adolescent boudeur.

Dès cet instant, j'ai décidé de devenir un adulte. J'ai décidé que si je voulais être un meneur, il fallait que je sois capable de me mener moi-même! Il fallait que je sois capable de voir qui j'étais par rapport aux autres, d'accepter que chaque conversation que j'ai compte au moins deux parties et que l'une d'elles est toujours moi. Je voulais, à ce moment-là, m'excuser auprès de toutes les personnes de cet organisme et leur dire, 'c'était mon erreur' ou même 'ma terrible erreur'.

Choisir d'être un adulte signifie que vous décidez de toujours faire preuve de responsabilité envers vous-même. Que vous serez honnête avec vous-même. Que vous vous engagerez à accepter ce qui vous appartient et à traiter le monde et les gens qui s'y trouvent comme une personne adulte et aimable.

C'est un grand pas. Mais, cela s'avère très enrichissant. Les gens vont remarquer la maturité qui brille à travers vos actions et vos interactions. Les gens vont commencer à voir l'authenticité avec laquelle vous acceptez à la fois les louanges et le blâme. Être capable de dire «C'est ma faute, je me suis trompé» est une chose, mais faire suivre cette remarque par «et laissez-moi vous dire ce que je vais faire pour réparer cela et m'assurer que cela ne se reproduise jamais» est tout à fait autre chose. L'âge adulte. Bienvenue dans le club.

2) Politique sur le harcèlement au travail : tolérance zero

Alors, déterminons ici que nous parlons de vous, de votre travail et de vos objectifs. Cela fait de votre âme, de votre esprit, de votre dynamisme ou de votre volonté, ou de quelque nom que vous voulez lui donner, votre milieu de travail. Cela signifie qu'il n'y a pas d'intimidation, pas d'injures, pas de violence verbale ou physique. Vous n'avez pas le droit de vous traiter ainsi. Une dame m'a déjà servi à un comptoir déli où j'avais choisi une salade de mangues moyenne avec une délicieuse vinaigrette—quelquefois les détails sont essentiels à l'histoire—et quand elle s'est apprêtée à utiliser un contenant dans lequel déposer cette salade, elle a mis la main sur la mauvaise grandeur. J'ai dit: «Oh, je suis désolé, je voulais une salade moyenne.» Je n'étais pas fâché; c'était une simple erreur. Mais, oh la la! Après tout ce temps, je peux encore voir son visage qui rougit, et puis elle a

commencé à s'injurier, à se reprocher d'avoir commis une erreur, elle parlait d'elle-même d'un ton de voix et en termes haineux.

Ne vous donnez jamais la permission d'être un agresseur.

Envers qui que ce soit.

Même envers vous-même.

La pratique de la bonté comme style de vie commence avec la pratique de la bonté dans notre for intérieur. Nous apprenons à nous parler sur un ton d'amour et d'acceptation avant de pouvoir vraiment utiliser ce ton sincèrement avec d'autres. La bonté fait partie intégrante du leadership. Les gens imaginent souvent le contraire, mais c'est parce qu'ils voient constamment de mauvais exemples de leadership. Pour être un leader, un initiateur de changement, un influenceur, vous avez besoin de bonté et de considération pour agir.

Être capable de croître est être capable de faire des erreurs, d'agir en adulte à ce sujet et puis de passer à autre chose. S'attarder sur les erreurs, gaspiller de l'énergie et du temps à se blâmer retardent le processus. Reconnaissez l'erreur, évaluez ce qui s'est produit, excusez-vous et passez à autre chose. C'est un voyage; ne manquez pas le train parce que vous êtes derrière la gare à vous frapper la poitrine.

3) Reconnaissez votre privilège

Au moment où vous commencez à fournir des services à une personne ayant une déficience intellectuelle, vous faites partie d'une dynamique de privilège. Il est possible que cela soit difficile à voir, qu'un petit peu de privilège soit mélangé à un petit peu de préjudice, et puis de mauvaises choses se produisent. En tant que personne handicapée, je vis dans un monde qui n'a pas été conçu pour moi et mes roues. Je vis également dans un monde qui ne me reconnaît pas encore sur le plan attitudinal comme un égal et un être humain complet. Les gens s'ingèrent dans ma vie constamment. Si je suis assis seul, quelqu'un vient toujours me demander si je veux qu'on aille chercher mon préposé. Si je suis en train de décharger mon chariot d'épicerie, quelqu'un vient m'approche et commence à m'aider. Cela peut sembler être de la gentillesse mais, pour plusieurs d'entre nous, ceux et celles avec des handicaps qui veulent simplement vivre leur vie, c'est toxique. C'est comme un message constant venant des autres qu'ils sont bien mais que nous sommes impuissants. C'est comme nous imposer, même dans les moments tranquilles, la révélation qu'ils sont autonomes mais que nous ne le sommes pas.

Vous vous êtes probablement assis à une table à discuter d'une personne handicapée et vous avez dit ou entendu dire : «Je ne comprends vraiment pas ça; le comportement ne fait aucun sens; je ne ferais jamais une telle chose, comme, jamais!» À cela je dirais : «Tant mieux pour vous.» Mais je penserais : «Qu'est-ce que vous avez à faire avec ça? Pourquoi parle-t-on de vos expériences? Avez-vous une idée du sentier sur lequel une personne handicapée a voyagé?»

Le privilège vous donne le pouvoir de penser que votre réalité est la réalité de tout le monde. Vous vous donnez le droit de juger la vie de quelqu'un d'autre parce que pensez que votre vie vous a donné amplement d'éducation. Croyez-moi, ce n'est pas le cas. Enlevez vos lunettes «teintées de ceux-là» et regardez vraiment 'ces gens-là'. Voyez les ressemblances mais reconnaissez aussi les différences. Voyez les autres pour ce qu'ils sont et comprenez que leur chemin peut avoir été très différent du vôtre. Pour une personne handicapée qui a passé 50 ans dans un programme de renforcement qui lui a enseigné que fumer était un signe d'accomplissement, d'importance, de valeur – lui enlever ses cigarettes comme punition (ce que vous ne feriez jamais, n'est-ce pas?) est une attaque de sa personne.

Développez la compréhension que c'est un privilège de servir et de soutenir des personnes qui ont leurs propres espoirs, rêves et objectifs. Qu'une personne vous dise son rêve et puis vous demande de l'aider dans son parcours est une demande intime et une expérience profondément enrichissante. C'est le privilège qui se transforme en leadership.

Quand vous pourrez vous éloigner de vous-même comme étant le modèle pour la vie des autres personnes, quand vous pourrez voir que ce dont on a besoin, ce n'est pas de votre jugement mais de votre caractère, on vous remarquera. Les gens vous demanderont : «Quel est votre secret?»

4) Les éloges sont la rétroaction la plus cruciale

Se blâmer, comme nous en avons parlé auparavant, n'est pas de la rétroaction. La rétroaction est quelque chose qui vous permet d'apprendre et de vous épanouir. La réflexion est un des outils les plus importants que vous avez dans votre coffre à outils pour la croissance et l'épanouissement. Réfléchir à une situation ou à une interaction peut être une chose puissante quand cette action est combinée à la capacité de voir la réussite et de reconnaître l'erreur. Nous avons parlé de la façon dont la vie adulte est liée à la capacité d'accepter la responsabilité. Jumelée à cela est la capacité—et, étrangement, cela peut être même plus difficile—d'accepter nos propres forces et réussites.

Je trouverais plus facile de m'asseoir ici et d'écrire trois choses à mon sujet que j'aimerais changer que d'écrire une seule chose dont je suis fier.

Il faut que ça cesse.

Et peut-être qu'il faut que ça cesse pour vous aussi.

Il est difficile de se louer soi-même parce que, si nous le faisons à haute voix, on nous dirait que nous sommes prétentieux, ou que nous nous félicitons ou que nous sommes remplis de nous-mêmes. Le secret est, à moins que vous soyez avec quelqu'un que vous aimez et en qui vous avez confiance et qui sait que vous travaillez à votre évolution (l'évolution peut simplement être un objectif de vie ou un état constant) alors ... ne le dites pas à haute voix.

Nous savons que les éloges contribuent à renforcer le comportement des autres. Hum...alors, pourquoi cela ne fonctionnerait-il pas pour nous? Je sais que, quand quelque chose que j'ai essayé a bien fonctionné, je ressens ce petit frisson positif à l'intérieur qui me dit «bon travail» et que la même remarque venant d'une autre personne n'a pas le même effet. Ne vous méprenez pas : les éloges des autres sont formidables mais, s'ils ne sont pas associés à un sentiment de satisfaction intérieur, ils sont vides de sens. Alors, apprenez à vous évaluer et à vous féliciter quand vous avez fait quelque chose de bien.

Ce que les éloges ont de particulier, c'est qu'ils peuvent sembler tellement impuissants. Si vous avez déjà eu une évaluation où toutes les choses que vous avez bien faites ont été reconnues et louangées, mais qu'un domaine d'amélioration a été mentionné en passant, je suis prêt à parier que vous avez quitté cette réunion en vous faisant du mauvais sang au sujet de la chose demandant de l'amélioration et en ignorant complètement les louanges que vous avez reçues. C'est pourquoi, quand vous reconnaissez la responsabilité et que vous l'assumez, vous devez le faire en chuchotant et, quand vous vous donnez la reconnaissance que vous avez méritée, vous devez le CRIER.

La chose la plus chouette est que ce qui est à l'intérieur ressort. Quiconque a beaucoup fait la fête dans sa vie sait que cela peut être une expérience malheureuse mais, dans le présent contexte, cela signifie que ce que vous apprenez à faire à l'intérieur de vous devient naturel quand vous le faites dans le monde réel.

Les personnes positives apportent de l'énergie positive. Un de mes collègues m'a dit aujourd'hui : «Il y a deux genres de personnes : celles qui donnent de l'énergie et celles qui prennent de l'énergie.» Et c'est vrai.

Les personnes qui donnent de l'énergie et de la positivité sont celles que l'on recherche. Alors, n'ayez pas peur de vous donner une bonne dose d'éloges quand vous le méritez. Les éloges changent le comportement. Le vôtre et celui des personnes autour de vous.

Résumé

Ceci est la première partie d'un article en deux volets sur la croissance, le développement et la venue du 'vrai' Nouvel An. Alors, approchez septembre avec de nouveaux objectifs. Nous terminerons ce sujet en décembre. Bienvenue à l'âge adulte, à la responsabilité et aux nouvelles aventures!

Au sujet de l'auteur

Dave Hingsburger, M.Ed., est le directeur des Services cliniques et éducatifs chez Vita Community Living Services et un conférencier, auteur et conseiller bien connu sur les thèmes des handicaps, de la sexualité et de l'autonomie sociale.

Réponses aux FAQ au sujet de la revue internationale

- 1) Cette revue est destinée à être distribuée à grande échelle; vous n'avez pas besoin de permission pour la transférer. Vous avez cependant besoin de permission pour la publier dans un bulletin d'information ou un magazine.
- 2) Vous pouvez vous abonner en faisant parvenir un courriel à dhingsburger@vitacls.org
- 3) Nous acceptons les soumissions. Envoyez les idées d'articles par courriel à l'adresse ci-dessus ou à anethercott@handstfhn.ca
- 4) Nous apprécions la rétroaction sur tout article qui apparaît ici.

