

Libérez le rebelle
qui est en VOUS

Éric Goulard

Libérez le rebelle qui est en VOUS

Et osez enfin vous affirmer !

DUNOD

Tout le catalogue sur
www.dunod.com



Illustration de couverture :
© Rachid Marai

<p>Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.</p> <p>Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements</p>	<p>d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.</p> <p>Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).</p>
--	--

DANGER



**LE PHOTOCOPIAGE
TUE LE LIVRE**

© Dunod, 2016

5 rue Laromiguière, 75005 Paris
www.dunod.com

ISBN 978-2-10-074350-6

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2^o et 3^o a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Table des matières

Remerciements	1
Introduction	3
Test – Quel rebelle êtes-vous?	7

PARTIE 1 **PROTÉGEZ-VOUS DES AUTRES**

Les mots trahissent les manipulateurs	21
14 indices pour identifier une tentative d'influence.....	22
Déterminez les mensonges	29
10 clés pour analyser ce que les menteurs disent.....	31
10 attitudes qui annoncent un mensonge.....	36
Protégez-vous des beaux parleurs, trop gentils et trop positifs	43
10 remèdes pour se prémunir des manipulateurs.....	44

PARTIE 2 **CONTREZ LE FORMATAGE**

Osez penser différemment	55
Résistez au formatage imposé par le marketing	61

Ne vous laissez plus piéger par les stratégies marketing	71
10 questions à se poser pour rationaliser une décision.....	72
Méfiez-vous de ce que vous voyez, entendez ou lisez	81
Le formatage et les procédures en entreprise	91

PARTIE 3

CHANGEZ VOTRE RAPPORT AU TRAVAIL !

Des bugs dans le système	105
Osez contrer les absurdités professionnelles	109
Laissez tomber la cravate et la jupe.....	111
Pourquoi les autres suivent des formations intéressantes et pas moi?.....	117
Comment rester productif lorsqu'un tiers du temps est consacré aux tâches administratives?.....	121
Redevenez maître de votre temps	127
4 techniques infaillibles pour changer votre rapport au travail.....	129
9 subterfuges pour se débarrasser des autres et vivre en paix.....	130
5 manières subtiles de refuser les demandes des autres.....	135
Osez cultiver une image différente	139
5 clés pour utiliser la perception à votre avantage.....	141
Gérez un patron tyrannique	145
15 recettes pour renverser la vapeur (et manipuler sa hiérarchie).....	146
Ne subissez plus la pression des évaluations clients	153
12 raisons qui provoquent de mauvais résultats.....	157
5 voies pour sortir du système.....	163

Conclusion	169
Travaux pratiques : programme	177
Du même auteur	179



Remerciements

Je tiens à remercier chaleureusement les Éditions Dunod, et plus particulièrement Chloé Schiltz et Mathieu Schopp, grâce à qui ce nouveau livre a pu voir le jour.

Je remercie également mes clients et partenaires qui me font confiance depuis de nombreuses années et qui m'ont permis de rencontrer les situations décrites dans ce livre.

Enfin, je remercie tous les menteurs, manipulateurs et autres esclavagistes modernes qui ont contribué malgré eux à la réalisation de cet ouvrage. Sans eux, ce livre n'aurait pas de raison d'être...

J'espère que vous vous amuserez autant à le lire que j'ai pris de plaisir à l'écrire.



Introduction

« **S**i vous voulez évoluer, il faudra vous conformer, mon petit ! » Cette phrase simple et limpide a immédiatement allumé une étincelle dans la brume matinale de mon esprit ce matin-là. Je venais d'arriver chez mon client et la voix d'un manager approchant la soixantaine résonna au fond du couloir. Le jeune collaborateur au costume mal taillé, cravate de travers et cheveux plaqués sur le crâne, sembla attristé par la remarque de son aîné. « La journée commence mal pour lui », pensais-je. S'il n'était pas au courant de ce point essentiel qui permet la progression vers les hautes sphères du pouvoir, à présent il sait à quoi s'attendre : il doit se conformer !

Nous faisons tous l'expérience de la nécessité de se conformer aux règles et à l'ordre établi, et cela dès le plus jeune âge. Le monde professionnel est une jungle truffée de prédateurs. « L'homme est un loup pour l'homme » et la société attend que chaque louveteau adopte les règles établies par les vieux loups pour les accepter dans la meute. Faute de quoi, ils pourraient rester à l'écart des autres, et donc se retrouver en marge de la société.

► Un fluidifiant social

Tant sur le plan professionnel que personnel, il faut répondre à des règles. Toute communauté a besoin de placer un cadre au sein duquel les individus peuvent évoluer. Le respect de ces règles par tous permet d'organiser la vie entre les individus et de réguler le fonctionnement des organisations et des différentes infrastructures. Cela est nécessaire, faute de quoi l'anarchie pourrait se développer rapidement.

Pour qu'un moteur tourne correctement, chaque pièce et chaque rouage doivent être correctement placés. L'huile et les autres fluides lui permettent de fonctionner correctement et longtemps. Si les niveaux d'huile et des fluides sont incorrects, le moteur risque de se gripper et même de casser. Les performances de la voiture risquent de se dégrader rapidement.

Les règles et les procédures jouent le rôle de l'huile et des fluides dans un moteur. Vu sous cet angle, il est facile de comprendre qu'il n'est pas possible de les supprimer. Elles sont importantes et souvent essentielles, qu'il s'agisse de la société à l'échelle d'un pays, d'une culture, ou d'une sous-culture ayant une étendue géographique moins large (ou simplement limitée à une entreprise). Un groupe d'amis ou de collègues sont aussi dans l'obligation de respecter un minimum de règles de vie. Ainsi, la vie en société nécessite des fluidifiants !

Mais ces règles peuvent devenir nocives. C'est le cas lorsqu'elles nuisent au bon fonctionnement de la société ou de l'individu.

► Une lueur d'espoir

Il y a toujours eu des rebelles, des opposants à l'ordre établi, des artistes ou des idéologues de tout poil prêts à faire la révolution.

Ils sont seuls, organisés en communauté ou en groupuscules de quelques individus. Ils s'affirment activement ou pacifiquement,

violemment ou calmement. Ils sont là parmi nous, visibles et moins visibles. Il peut s'agir d'amis, de collègues, de voisins, de membres de votre famille. Vous connaissez ou non leurs oppositions à certaines règles. Tous ne sont pas nés dans la peau d'ultra-activistes prêts à faire la révolution. En fait, ils seraient même peu nombreux à avoir ce type de profil.

Non, ils sont plus discrets et moins visibles. Ils sont en désaccord avec certaines règles de la société. Ils dérogent parfois à l'ordre établi. Ils n'affichent pas clairement leurs opinions, mais n'en pensent pas moins. Leur refus de conformisme et leur non-respect des règles peuvent choquer d'autres personnes. Des comportements peuvent être qualifiés de déviants par ceux qui respectent ces règles. Mais qui respecte toutes les règles imposées par la société, la culture, les traditions et l'ordre établi?

Ces personnes rebelles, ce sont vos voisins, vos amis, vos collègues, vos enfants, et de manière générale une grande majorité de personnes que vous rencontrez. C'est aussi vous! À moins d'être un saint et de postuler pour une décoration post-mortem en forme d'auréole, nous ne respectons pas toujours les règles établies. Parfois, cela fait du bien de ne pas se conformer aux règles ou à ce que les autres attendent de nous. Cela peut procurer un plaisir intense, même s'il est de courte durée. La prise de risques et le manque de respect de ce qui est attendu libèrent suffisamment d'hormones, dont l'adrénaline, pour que nous ayons envie de recommencer une nouvelle fois. Ce besoin en adrénaline fraîche se déversant à flots dans notre cerveau est comme le goût du sang d'un agneau dans la bouche du loup : il est addictif. La dopamine (l'hormone du plaisir) booste notre circuit de la récompense qui en réclame encore et encore, et nous aimons cela!

Votre comportement est peut-être déviant aux yeux de certains, mais ces mêmes personnes ont très probablement aussi des attitudes pouvant être considérées comme déviantes aux yeux des autres.

Il est aussi possible que vous ayez simplement envie de vous affirmer, mais sans oser le faire. Ces envies vous rongent et vous ne savez pas comment les assouvir? Que pourraient penser les autres de vous? Et si ce n'était pas une bonne idée de céder à la tentation? Ils pourraient vous prendre pour un rebelle... Et si... et si... et si...?

Ce livre parle de nous tous et de la part non-conformiste de notre personnalité. Que vous soyez déjà capable de vous affirmer, ou au contraire un peu timide, j'espère vous apporter quelques clés pour vous aider à libérer le rebelle qui est en vous!

Bonne lecture!





Test – Quel rebelle êtes-vous ?

Pour déterminer où l'on veut aller, ce que l'on veut atteindre, il est toujours utile de savoir d'où l'on part. Avant de débiter la lecture de ce livre, évaluez-vous. Votre mission est simple : pour chaque question, sélectionnez la réponse qui vous semble la plus appropriée. Une fois le test effectué, rendez-vous à la section « Réponses » pour connaître votre score.



Êtes-vous sous l'influence...

► ...de la télé?

1. Au journal de 20 heures, le leader d'un parti politique s'exprime avec conviction sur les chiffres du chômage. Il insiste fermement, avance des statistiques et répond avec certitude au journaliste. Quelle est votre réaction ?

- A. Vous pouvez le croire, il sait ce qu'il dit.
- B. C'est quelqu'un d'important puisque c'est le chef d'un parti politique.
- C. Il semble bien au courant du sujet. Il cite des chiffres et réaffirme ses propos sans se laisser déstabiliser.
- D. Vous êtes méfiant et ne prenez pas pour argent comptant ce qu'il affirme.