

---

**J'accompagne les Leaders et leurs équipes, sur la bonne voie, en mouvement... et vers l'avant !**

« Ne regardez plus en arrière : Ce n'est pas la direction vers laquelle vous vous dirigez ! »

- Paul Rousseau N.D., CMP  
Auteur Bestseller

---

## **Être Rejeté, c'est Positif ! Voyez Comment !**



Avez-vous déjà été rejeté, soit par une personne ou un groupe ?

Sans entrer dans les circonstances de ce rejet, rappelez-vous comment vous vous êtes senti, pendant cette période.

Des émotions, comme la remise en doute de votre valeur, l'incompréhension, la colère, l'image de soi qui en prend un coup, pour ne nommer que celles-là, sont des émotions qui paralysent, qui immobilisent, qui font mal... ça peut être bouleversant pour certains.

Il n'y a pas beaucoup d'émotions de joie, ici...

Alors, comment cela peut-il bien être positif ?

La perception de ce type de situation est une question de MINDSET.

Voyons comment.

Selon vous, pouvez-vous changer une autre personne, ou même un groupe de personnes ?

Directement, non. Indirectement, c'est parfois possible, mais peu probable.

Tenter de changer une autre personne, la plupart du temps, est peine perdue.

Pour qu'une autre personne change, elle doit d'abord faire une prise de conscience qu'elle doit changer. Ensuite, avoir le désir de faire l'effort de changer. Le changement d'une autre personne concerne cette personne, son cheminement. Pas le vôtre.

Là où vous avez du contrôle, c'est sur votre MINDSET et vos actions. C'est ce qui vous concerne, en premier lieu.

Examinons la situation d'une autre perspective.

Lorsque vous vous sentez rejeté, cela peut-être une bénédiction pour vous, car soudainement, vous avez la certitude que vous devez cesser de donner votre temps et votre attention, dans cette direction, à cette personne ou à cette situation.

Je vous suggère donc d'observer une situation, où vous ou une autre personne a vécu un rejet, d'une perspective différente :

D'abord, tournez votre regard vers l'avant, dans le futur. Comme exemple, voyez votre objectif atteint, dans 3 ans.

Cet objectif ne doit pas concerner d'autres personnes. Il ne doit concerner que vous, en premier lieu.

Rappelez-vous : Changer une autre personne, ce n'est pas « naturel ». Le changement doit arriver de son propre désir de changer. Pas votre désir de voir l'autre changer.

Si d'autres personnes vous suivent, vers l'atteinte de votre objectif, c'est une bonne chose. Mais vous ne pouvez pas décider « Qui » vous accompagnera. Si ce n'est pas lui ou elle, ce sera quelqu'un d'autre. Lâchez prise sur ce point.

Ensuite, élaborez un simple plan pour vous mettre en marche, pour vous mettre en action, et avancer vers votre objectif (ex. : là où vous serez dans 3 ans)!

Si vous ne savez pas par où commencer, allez chercher de l'aide. Vous sauverez beaucoup de temps et épargnerez une tonne de tracas et de frustration.

Vous constaterez, que lorsque vous tournez votre regard vers l'avant, et qu'en plus vous vous mettez en marche, vous ne regardez plus vers l'arrière, car ce n'est pas la direction vers laquelle vous vous dirigez.

C'est alors que votre MINDSET s'aiguise... votre vie change !

**C'est pourquoi je ne comprends pas pourquoi les gens sont en colère ou tristes, lorsqu'ils sont rejetés.**

Le Rejet, c'est un filtre qui vous permet de prendre une décision plus facilement.

Cela vous permet de comprendre, de ne plus perdre votre temps avec cette personne ou ces gens, et d'offrir ce que vous avez de plus beau, à quelqu'un d'autre !

Le rejet, c'est un changement de Direction ! C'est une opportunité qui vous est offerte.

En fait, c'est un cadeau mal emballé, qui vous est présenté. Acceptez-le, tournez-vous vers l'avenir, et avancez !

Si vous êtes un Professionnel, un Gestionnaire ou un Entrepreneur, et que vous croyez que je peux vous servir, vous ou votre équipe, communiquez avec moi !

Jusqu'où irez-vous ?

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

### **Vous avez aimé cet Article MINDSET 360 ?**

Merci de le faire suivre à toutes personnes qui pourraient en bénéficier !

\* Pas déjà inscrit ? [Inscrivez-vous](https://coaching-excell-pro.com/abonnement-bulletin-coaching_excell-pro/) gratuitement au Bulletin dont **tout le monde** parle !  
[https://coaching-excell-pro.com/abonnement-bulletin-coaching\\_excell-pro/](https://coaching-excell-pro.com/abonnement-bulletin-coaching_excell-pro/)

---

Copyright ©

**Paul Rousseau, N.D., CMP**

**Auteur Bestseller**

**Consultant en Stratégies d'Affaires / Coach / Conférencier**

Devenez Leader Accompli... de Corps et d'Esprit !

**Tél. : 1-866-588-5220**

Consultant en Stratégies d'Affaires, Conférencier, et Coach en **MINDSET 360**, Auteur Bestseller, Artiste Martial (Ceinture noire 2<sup>e</sup> Dan dans 6 différentes disciplines d'Arts Martiaux), Paul Rousseau est Entrepreneur et Fondateur de [Top Shape Fitness](#), et du **Podcast MINDSET 360** sur [Spotify](#) et [YouTube](#).

**Voyez d'autres Solutions sur [PAULROUSSEAU.COM](#) et [Coaching-Excell-Pro.com](#)**

---

### **- L'Aspect Humain du Changement -**

**J'accompagne les Leaders et leurs équipes, sur la bonne voie, en mouvement... et vers l'avant !**

« Ne regardez plus en arrière... car ce n'est pas la direction vers laquelle vous vous dirigez ! »

- Paul Rousseau N.D., CMP  
Auteur Bestseller

---

**Coaching/Consultation, Conférences et Formations ➡ Tél.: 1-866-588-5220 [PAULROUSSEAU.COM](#)**

---

### **Le Changement – MINDSET 360 – Leadership**

**Faites une Différence !**

➡ **Proposez Paul Rousseau, pour une prochaine Conférence dans votre organisation !**

## - Réflexion créative -

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

- Est-ce que je me sens rejeté, par une ou des personnes, ou même une situation quelconque ?

---

---

---

- Quel MINDSET je devrais adopter, pour modifier les effets que ce rejet a sur moi ?

---

---

---

- **Comme Leader** : Qui puis-je aider à voir une situation de rejet, d'une autre perspective, et se remettre en marche, dans la bonne direction ?

Ou vers qui puis-je le/la guider ?

**\* Si je ne sais pas comment l'aider, vers qui puis-je le/la diriger?**

(cette personne que j'aide peut faire partie de ma famille, ma profession, mes connaissances, ou pratique un sport avec moi, 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 -**