

Les archétypes de comportement par rapport aux limites

Entourez l'archétype qui vous décrit le mieux.

Celui qui ne sait pas dire non

Vous aimez faire plaisir aux autres et avez tendance à dire "oui" à tout. Il est possible que vous ayez du mal à connaître vos limites. Si l'on vient vers vous avec une demande importante de dernière minute, vous pouvez accepter volontiers pour aider, même si vous avez déjà trop à faire. Vous avez peut-être peur de blesser les autres, de passer à côté d'une opportunité ou d'être vu comme un lâcheur.

Le débrouillard

Vous êtes du genre à vous débrouiller seul. Vous avez tendance à vous attribuer une charge de travail importante et à vous sentir personnellement responsable de la réussite des tâches. Au fond, vous savez peut-être ce dont vous avez besoin pour atteindre l'équilibre, mais vous avez du mal à demander et à accepter de l'aide, même lorsqu'on vous en propose spontanément.

L'électron libre

Vous avez une tendance à l'anticonformisme. Vous n'aimez pas que l'on vous fixe des limites (ni à personne d'autre, d'ailleurs). Vous pouvez vous engager, puis avoir du mal à tenir vos engagements, ce qui peut générer davantage de travail pour les autres et ne pas respecter leurs propres limites. Il peut arriver aussi que vous procrastiniez et évitiez de vous engager, laissant les autres attendre.

Celui qui veut tout diriger

Vous avez un besoin naturel de prendre les choses en main et vous vous sentez naturellement investi du rôle de chef. Parfois, il peut vous être difficile de respecter les limites des autres. Dans l'optique de faire avancer les choses, vous pouvez ignorer ou outrepasser les limites des autres, en particulier lorsqu'elles ne sont pas énoncées explicitement.

Le persuasif

Vous êtes un commercial dans l'âme et vous savez comment rallier les gens à votre cause. Vous avez de grandes idées à faire passer. Ainsi, lorsque vous faites face à un refus (ou croyez le déceler), au lieu de respecter la limite, vous pouvez chercher à renverser la situation en persuadant subtilement vos interlocuteurs, en les amadouant ou en les manipulant.

Le stabilisateur

Vous êtes bien conscient de ce dont vous avez besoin pour vous sentir bien mentalement et physiquement. Dans l'ensemble, vous savez équilibrer besoins personnels et engagements professionnels, familiaux et communautaires. Comme tout le monde, il peut vous arriver de vous surcharger, de dire "oui" trop facilement ou de remettre des tâches à plus tard. Cependant, vous savez généralement corriger le tir avant que cela vienne à surcharger les autres. Vous êtes également assez à l'aise pour négocier et dire "non", et savez vous montrer raisonnable dans vos demandes aux autres.