

Introduction

Cela fait trois semaines que vos amis vous pressent de leur donner une réponse sur des vacances en commun. Avez-vous vraiment envie d'être des leurs ?

Vous trouvez que la société doit changer. Allez-vous vous impliquer dans un mouvement sociétal ?

On vient de vous demander en mariage ? Êtes-vous prêt à franchir ce cap ?

Tous les jours, si vous avez les oreilles et les yeux « ouverts », vous êtes interpellé sur votre capacité et votre désir d'engagement. Ce livre vous invite à répondre à ces sollicitations.

Il vous aidera à faire le point sur votre niveau actuel d'engagement et à comprendre ce qui en est à l'origine. Ensuite, différentes méthodes vous permettront de préparer vos choix et de prendre vos décisions plus sereinement. Vous disposerez également de points de repère pour concrétiser et accompagner vos engagements dans le temps.

Ce tour d'horizon achevé, vous serez prêt à vous engager consciemment.

1



Définir la notion d'engagement

E

Êtes-vous de ceux sur qui l'on peut compter au point de vous faire craquer ? Ou à l'inverse êtes-vous connu pour votre aptitude à vous « défiler », qui vous permet de garder du temps et de l'énergie pour vous-même ?

En bref, êtes-vous quelqu'un d'engagé ? Si oui, êtes-vous satisfait de votre niveau d'engagement ? Sinon, savez-vous pourquoi ?

Cette partie vous aide à faire le point sur votre niveau d'engagement : un peu, beaucoup, trop, suffisamment... Vous essayerez ensuite de voir quelles notions vous mettez derrière ce mot, puis de comprendre ce qui, dans votre histoire, a contribué à ce que vous vous engagiez... ou au contraire à ce que vous fuyiez tout engagement !

C'est grâce à ce voyage dans le temps que vous identifierez vos engagements actuels. Enfin, vous finirez par repérer la manière dont vous pouvez vous inspirer de modèles, pour vous engager de manière « juste » par rapport à vos atouts personnels et à vos contraintes.

Prêt ? C'est à vous...

Exercice 1 • Un peu, beaucoup, passionnément...

Dilettante, passionné, impliqué, en marge, enthousiaste, blasé..., les qualificatifs qui traduisent l'engagement sont nombreux. Pour vous situer, commencez par effectuer une première estimation de votre niveau général d'engagement.

.....
 Pour chacune des affirmations ci-dessous, entourez votre degré d'accord, de 1 (« pas du tout ») à 4 (« tout à fait »).



Quand j'ai une idée ou un projet, rien ni personne ne m'en fait dévier.	1	2	3	4
Je sais ce qui me fait vibrer, j'ai des passions et j'organise ma vie en conséquence.	1	2	3	4
Je suis prêt à affronter les autres pour défendre les idées auxquelles je crois.	1	2	3	4
Je tiens mes promesses, même si cela me coûte.	1	2	3	4
J'agis concrètement au quotidien en faveur de ce qui a de la valeur à mes yeux.	1	2	3	4
J'ai des projets qui me tiennent à cœur et je fais tout pour les réaliser.	1	2	3	4
Je prends des risques pour accomplir ce que je perçois comme ma mission.	1	2	3	4
Je termine toujours ce que j'ai commencé, on me dit tenace.	1	2	3	4
Je suis impliqué dans chacune des activités de ma vie quotidienne.	1	2	3	4
J'ai un idéal de vie auquel je me réfère quotidiennement pour prendre des décisions.	1	2	3	4

Analyse des réponses

Additionnez tous les chiffres entourés.

De 32 à 40, vous revendiquez haut et fort vos idéaux et vos choix et ne craignez pas de prendre des risques pour les respecter. Vos

engagements structurent votre vie quotidienne et vous donnent des repères pour construire votre avenir. Soyez cependant vigilant à ne pas imposer votre fonctionnement aux autres, qui pourraient se sentir exclus de vos choix.

De 23 à 31, vous êtes conscient des contraintes du monde qui vous entoure. Vous déployez de l'énergie pour concilier vos engagements et les impératifs des autres, au risque parfois de faire passer ces derniers en priorité. Restez concentré sur ce que vous voulez vraiment et définissez clairement vos choix.

De 14 à 22, votre objectif est de vous adapter à votre environnement. Vous faites preuve de disponibilité et de curiosité pour choisir au fur et à mesure la meilleure orientation possible. Vous êtes soucieux de coller au mieux aux évolutions de la société pour prendre des engagements utiles. Veillez toutefois à ne pas gâcher votre énergie dans des engagements à court terme.

Moins de 14, les mots « engagement », « promesse », « implication » sont pour vous synonymes de « pesanteur », de « rigueur », d'« ennui ». Vous avez des centres d'intérêt variés et aimez l'imprévu. Cela ne veut pas dire que vous ne vous engagez pas, mais sans doute avez-vous besoin de vérifier l'importance et l'intérêt d'un engagement avant de vous y aventurer.

Exercice 2 • Priorité à...

« Il passe tout son temps avec ses amis et n'a plus aucune soirée de libre », « elle se consacre à son couple et on ne peut plus la voir », « sa priorité, c'est son travail »... Et vous, quel est le pôle d'attraction principal de votre vie aujourd'hui ?

.....
Lisez attentivement la description des six pôles
présentés ci-dessous, puis remplissez le tableau qui
suit.
.....



Vie personnelle : approfondir ses connaissances, élargir ses ressources personnelles, pratiquer des activités sportives et/ou culturelles, suivre une voie de développement personnel

Vie sentimentale : approfondir et développer des liens intimes avec une personne privilégiée

Vie familiale et amicale : investir son temps et son énergie dans les contacts avec sa famille et/ou ses amis

Vie de la cité : s’impliquer dans des associations ou des mouvements d’opinion

Vie professionnelle : s’impliquer dans son métier et rechercher des responsabilités professionnelles

Vie spirituelle : vivre ses croyances religieuses ou philosophiques.

	Vie personnelle	Vie sentimentale	Vie familiale et amicale	Vie de la cité	Vie professionnelle	Vie spirituelle	Total
Quelle est l’importance de chaque pôle pour vous (en %) ?							100
Quel est le temps passé en moyenne par semaine pour chaque pôle (en %) ?							100
Total :							

Analyse des réponses

Additionnez les nombres pour chaque colonne.

Considérez le pôle qui a le plus d’importance pour vous : est-ce celui auquel vous consacrez le plus de temps ? Entourez ensuite en rouge le pôle pour lequel le total est le plus élevé. Cela vous donne une indication sur vos priorités actuelles et sur les engagements que vous privilégiez. Vous allez pouvoir vous investir davantage dans ce qui est prioritaire à vos yeux. Ce premier constat sera réutilisé ultérieurement.

