

La timidité - 1/1

Aujourd'hui beaucoup de jeunes se qualifient timide ! Mais sont-ils vraiment timides ? Qu'est-ce que la timidité ? Que ressent un timide ? Aimerais il pouvoir s'extérioriser ? C'est ce que nous verrons dans cet article...

"Le timide est une personne qui manque d'audace qui a du mal à se décider... C'est également une personne qui manque d'aisance et d'assurance avec les autres en société... Comme on dit c'est un "coincé" ! Le timide est souvent embarrassé, gêné, confus, il a honte, il est de nature modeste... La timidité vient d'une manifestation de la peur, de la crainte..."

Je me présente, j'ai 16ans et je suis d'une nature timide depuis toute petite.
J'ai voulu écrire cet article pour montrer aux gens qui ne comprennent pas les timides ce qu'un timide ressent. Bien évidemment, il existe plusieurs types de timidité et la forme que je présente n'est peut-être pas générale. En tous les cas c'est ce que moi j'ai ressenti et ce que je ressens encore parfois car la timidité est une "maladie" (je dis une maladie car pour un timide c'est vécu comme si s'en était une) dure à vaincre venant souvent de l'enfance (il y a forcément une cause : un divorce, une maltraitance, une trop grande maternisation, une adoption...). Mais avec de la volonté on y arrive, doucement mais sûrement !

Au fond de lui, un timide se sent tout d'abord différent des autres. Il aimerait pouvoir s'extérioriser et pouvoir être à l'aise dans toutes les situations comme certaines personnes. Mais ce n'est pas si facile, car c'est comme quelque chose qui nous bloque et qui nous empêche de pouvoir être comme on le souhaiterait ! En fait c'est comme si on avait deux personnalités et qu'une de ces personnalités se mettait toujours en avant, c'est la carapace !

Pour ne plus être timide, il faut "tout simplement" vaincre cette carapace.

Mais comment vaincre cette carapace sachant que c'est en quelque sorte une protection contre le monde extérieur, notre petit cocon.

Seuls les personnes qui nous connaissent savent quelle est cette personnalité (qui est souvent appréciée d'ailleurs) derrière la carapace. En effet, ceux qui nous connaissent pas bien ne peuvent pas nous juger ! Il faut toujours chercher à aller plus loin avec un timide, pour que lui se force à faire des efforts. quand on nous voit on a une mauvaise impression, souvent on nous pense froid, les gens pensent qu'on a pas envie d'aller vers eux alors que c'est tout le contraire et qu'on ne demande que cela ! Après comme les gens ne viennent pas vers nous, on se fait des films, et on s'imagine qu'ils nous détestent et qu'on n'est pas intéressant et cela entraîne un manque de confiance en soi encore plus grand... En effet la plus grande peur du timide est de ne pas plaire aux autres, il aimerait que tout le monde l'apprécie ! Il veut être parfait mais il ne se rend pas compte que c'est impossible ! Il s'imagine que les autres plaisent partout, il les idéalise et du coup le timide se sent inférieur à eux. Et dès qu'il sait que quelqu'un ne l'apprécie pas, il pense que personne ne l'aime, il remet tout en question et se referme encore plus sur lui-même.

Surtout si vous connaissez un timide dites lui ce que vous pensez de lui (quand c'est positif si possible ! Mais ne pas être hypocrite bien sûr !), ça peut l'aider à avoir plus confiance, il se sentira plus à l'aise avec vous. Aussi ça lui permettra d'avouer ce qu'il ressent pour vous, ce qu'il ose rarement dire.

Voilà, j'espère qu'en lisant cet article, les gens comprendront mieux les timides... J'espère aussi qu'ils auront une meilleure vision d'eux. En tout les cas c'était mon but. Merci beaucoup d'avoir lu cet article.