

Je suis timide et maladroit - 1/2

Je rougis facilement, c'est franchement gênant... Dès qu'une fille me plaît, je ne peux m'empêcher de rougir devant elle... C'est terrible, parce c'est comme si je me déshabillais et que j'exhibais mon désir d'elle. Après, j'ai tellement honte, que je ne pense plus qu'à me sauver pour me sortir de ce mauvais pas. Les filles, ça les amuse plutôt de me voir aussi timide et maladroit, mais elles ne m'aident pas...

Quand la timidité paralyse

Je n'ai jamais réussi à me déclarer : en présence d'une fille qui me plaît, mon sourire se fige, ma voix se casse et devient bizarrement aiguë ; les phrases que je prononce n'ont plus rien à voir avec ce que je voulais dire.

Bref, je deviens une autre personne, crispée et gauche. Le pire, c'est que ce sont les filles qui ne me plaisent pas qui viennent vers moi : avec elles je suis naturel, mais je ne pense qu'à m'en débarrasser.

En fait, rien ne se passe comme je voudrais !

Prendre l'Autre en considération.

Vous êtes-vous déjà demandé ce qu'on pouvait éprouver en face de vous, lorsque vous rougissez ?

Les filles qui vous plaisent sont sûrement interloquées par votre attitude et tout aussi désemparées que vous, ce qu'elles expriment par le rire : car c'est très gênant de voir quelqu'un perdre ses moyens.

Elles ne comprennent probablement pas pourquoi vous réagissez de cette façon !

Ce que vous ne mesurez pas, c'est qu'en fait toutes vos manifestations de timidité sont une forme d'égoïsme : vous aimeriez bien ; **car le rouge aux joues, par exemple, est une sorte d'appel à l'aide** ; qu'on vous remarque et qu'on prenne soin de votre personne, mais vous ne tenez pas compte du goût, du caractère ou de la sensibilité de votre vis à vis...

Peut-être qu'après tout, ces filles ont besoin d'attention, de gentillesse, et qu'elles vous apprécient. Au lieu de vous apitoyer sur vous-même qui ne réussissez pas à établir le contact, regardez-les vraiment.

Elles aussi, peut-être qu'elles vous désirent. Mais comment voulez-vous qu'elles vous l'expriment, puisque vous élevez un mur de timidité entre vous et les autres ?

En fait, sans le savoir, vous mettez vos interlocuteurs aussi mal à l'aise que vous l'êtes. Leur seule solution, c'est de vous éviter ou de ne pas faire attention à vous.

Dominer sa peur

Agissez donc comme lorsqu'on est dans une situation de danger avec un enfant : pour éviter qu'il ne panique, on lui dissimule sa propre peur.

De même, jouez à cache-cache avec votre timidité. Intéressez-vous à la personne qui vous attire, au lieu de seulement craindre que votre désir ne transpire ! Vous savez, les femmes aiment plaire.

Elles n'ont pas de raison de s'offusquer de votre intérêt.

Je suis timide et maladroit - 2/2

Mais plaire vous demandera aussi de faire des efforts de stratégie. le problème n'est pas d'exhiber son désir, comme vous dites, mais de le faire accepter.

Pour cela, mettez le désir de l'Autre en éveil. Traduisez en mots et en gestes ce qui vous paraît, pour le moment, indicible.

Dès lors, vos émotions pourront se partager, contrairement à votre silence honteux.