

La confiance aurait-elle un visage ?

"La confiance en soi est le premier secret du succès", selon le philosophe Emerson. Apparemment, la beauté aussi entre en compte ! En effet, une étude a montré qu'une apparence physique avantageuse ne donne pas que confiance en soi, elle offre la confiance des autres... et la réussite. Mais à quel prix ? C'est bien connu, l'habit ne fait pas le moine. Et pourtant... Il semblerait que les personnes attirantes suscitent davantage confiance et honnêteté. Pour que ces propos ne minent pas le moral du commun des mortels, déchiffrons ces infos et passons à l'action !

Une nouvelle discrimination ?

Des études préliminaires avaient déjà montré que les qualités attribuées sur la simple apparence de personnes aux physiques agréables, étaient principalement l'intelligence, des compétences variées et une capacité de mener. C'est pourquoi il est souvent plus facile pour eux d'obtenir un emploi ou un prêt bancaire. Sommes-nous alors tous bernés par la beauté ? Pas forcément. Si les "beaux" peuvent être avantagés au premier coup d'oeil, leurs erreurs seront jugées plus sévèrement que pour les autres personnes. Mais alors, pouvons-nous vraiment parler d'avantages ?

Une plus récente étude précise que la confiance offerte aux physiques avantageux permet à ces derniers de se sentir des personnes de confiance, car elles savent qu'on leur apporte une attention particulière et qu'on les remarque. La boucle semble se boucler. Les attraits physiques peuvent faciliter les premiers contacts, mais c'est le regard des autres qui permet aux "beaux" d'avoir encore plus confiance en eux.

Une solution semble se dessiner d'elle-même. La confiance n'a pas de visage, mais c'est les relations et l'attention entre individus qui permettent à un être de s'épanouir. Et si la beauté venait de la confiance qu'on ressent à l'intérieur ?

Le visage est le miroir de l'âme

La beauté a une place prédominante dans notre société actuelle. Il suffit de marcher dans la rue pour voir sur les affiches publicitaires les mannequins au teint parfait. Mais le "pouvoir" de la beauté ne date pas d'hier. Déjà en 1882, J.C.F. Von Schiller, poète et philosophe, déclara que "la beauté physique est le signe d'une beauté intérieure, une beauté spirituelle et morale".

En 1972, dans la publication intitulée "Ce qui est beau est bien", la psychologue Karen Dion explique qu'il y a un lien possible entre le caractère d'une personne et son apparence physique. "Par exemple, une personne calme et relaxée pourrait développer moins de rides et ridules qu'une personne tendue et irritable", peut-on lire dans cette publication. Et voilà que le proverbe "la beauté vient de l'intérieur" prend tout son sens !

La beauté de la confiance

"Cette personne rayonne !". On a déjà tous prononcé ces paroles au moins une fois en parlant d'un ami, d'un collègue ou d'un membre de la famille. Et quand on parle avec cette personne, on se rend compte qu'elle est tout simplement heureuse, épanouie et confiante en elle-même. Comment ? Pas besoin d'avoir les mensurations de la nouvelle pin-up du cinéma, une hygiène de vie à notre goût et des petits plaisirs au quotidien suffisent.

Pour cela, appliquez d'abord les grands classiques : sports, divertissements, repas équilibrés, repos, harmonie à la maison... Mais aussi, et surtout, aimez-vous et évitez de vous comparer aux autres. Gardez en tête que chacun est différent et que finalement, la confiance en soi... ça rend beau !