Bonjour,

Pour continuer à lire cette newsletter et soutenir mon travail, vous pouvez contribuer à ma cagnotte Tipeee.

Soutenez-moi sur tipeee.com

Comme sans doute une bonne moitié d'entre vous, je suis une introvertie typique. Et je sais que lorsque je dis ça, de nombreuses personnes se méprennent et me reprennent en me disant que non, non, non, je ne suis pas du tout timide. Et c'est tout à fait vrai : je ne suis pas du tout timide. Bien au contraire, j'aime le contact avec les gens qu'ils me soient connus ou inconnus (j'ai même une véritable curiosité pour les personnes étrangères à mon cercle de proches).

Ce malentendu vient de la définition de ce qu'est ou pas une personne introvertie ou extravertie. Je l'ai déjà expliqué dans une (ou plusieurs) newsletter précédente. Quand vous allez mal, si vous avez besoin d'un temps plus ou moins long seul·e pour vous ressourcer, vous êtes sans doute introverti·e et si au contraire, vous avez besoin du contact avec les autres pour vous sentir mieux, vous êtes sans doute extraverti·e.

Il n'y a aucun jugement de valeur à former à partir de ce constat. Ce n'est ni bien ni mal d'être d'un côté ou de l'autre. C'est seulement une donnée sur vous-même à connaître de manière à vous occuper de vous de la meilleure manière possible.

Il y a des introverti·es sociables (comme moi), d'autres qui ne le sont pas ; tout comme il existe des extraverti·es timides...

En ce moment, c'est l'introversion qui domine le plus dans ma vie. Tout comme les hikikomoris (mais sans doute pas pour les mêmes raisons), j'ai une fâcheuse tendance à me renfermer sur moi-même. Ce phénomène advient souvent (mais pas uniquement) lorsque je travaille sur un nouveau projet. Et en ce moment, j'enchaîne les challenges : après la préparation et le lancement de ma campagne de financement participatif (voir plus bas), j'ai embrayé sur la refonte de mon site (ce projet n'est pas encore totalement finalisé puisque j'ai reçu l'aide providentielle d'une jeune femme spécialiste qui m'a envoyé une liste d'améliorations à apporter - qui seront actées dans les semaines à venir). Et actuellement, je suis en pleine rédaction de réponses à appels d'offres (trois en cours), à rendre avant la fin du mois...

Et de fait, mon besoin de partage avec les autres est mis à mal. J'aime beaucoup la solitude... lorsque je la choisis. Et en ce moment, je manque singulièrement de chaleur humaine, de celle

qu'on partage entre ami·es à refaire le monde autour d'un verre (avec ou sans alcool), à rigoler comme des idiot·es, à danser, à célébrer ensemble les bonnes choses qui nous arrivent.

Mais heureusement, la semaine prochaine est riche en rendez-vous de toutes sortes et j'ai prévu une semaine de vacances au tout début du mois d'avril pour passer un peu de temps avec mes ami·es du sud-ouest que je n'ai pas vu depuis quasiment deux ans (déjà !!).

Si comme moi, vous vous isolez de temps en temps (sur des périodes longues, de plus de deux semaines), je serais curieuse de savoir ce qui déclenche cet état chez vous. Le boulot ? La peur des contacts ? La brutalité du monde ? Autre chose ?

Petit focus sur la campagne : à l'heure où j'écris ces lignes, nous avons atteint 70% de la somme requise ! Attention, vous ne pouvez contribuer que jusqu'au **dimanche 17 mars 2024** à 23h. Ne laissez pas passer votre chance d'embarquer dans cette aventure et de pré-commander un jeu, un coaching ou une séance de facilitation à prix spécial. Il faut juste cliquer ici ou sur l'image.

Et petite précision, on a le droit d'exploser le compteur. Chiche ?!

J'espère que cette newsletter vous a plu et que vous serez encore plus nombreux et nombreuses à me lire dans les prochains mois.

N'oubliez pas d'encourager vos proches à s'inscrire.

En attendant vendredi, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie