

« Oh non, mon binôme démissionne... ! »

*Les conseils d'Eléna Fourès,
expert en leadership
et multiculturalité,
du cabinet Idem per Idem
elena.foures@idem-per-idem.com*



Le binôme avec lequel vous vous entendez tellement bien démissionne. Vous appréhendez pour la suite et vous vous demandez comment réagir ? L'impression de ne pas maîtriser les choses et de subir creuse votre ressenti d'insécurité. Câblé(e) en mode « procédure », vous vivez chaque changement comme un bouleversement pénible : à peine un état d'équilibre est atteint qu'il est aussitôt bouleversé. Le choc est aggravé par le fait que vous ne l'avez pas prévu. Or il faut toujours prévoir que tout peut changer à tout moment et se répéter : « Quoi qu'il arrive, je ferai de mon mieux. » Ce mantra de leadership sous-entend un principe de réalité, l'acceptation raisonnable du changement, et la confiance saine en sa propre capacité à l'affronter. Ainsi devient-on acteur de sa vie et non victime des circonstances.

La seule façon de gérer le changement, c'est de prendre la posture de leader : agir au lieu de réagir. Vous semblez imaginer le pire – le verre à moitié vide – au lieu du meilleur. Ce mal français des esprits brillants mais dépourvus d'optimisme vous aspire dans le tunnel de catastrophes imaginaires. Moral à zéro garanti, conformément aux lois de Murphy ! ■

À FAIRE

01// Regarder des comédies musicales

Il faut apprendre à voir le verre à moitié plein. Rechargez vos batteries d'énergie positive et apprenez à voir la vie en rose. Les Tibétains disent que la vie est une bonne mère qui vous porte et vous apprend à vous faire confiance.

02// Carpe diem

Au lieu de ressasser, concentrez-vous sur les moments de bonheur pour jouir de l'instant présent, à l'instar des sages orientaux.

03// Renoncer à l'idée que l'unité, c'est deux

Se suffire à soi-même ne signifie pas être suffisant, mais ne pas chercher à se faire compléter par l'autre. Exister par soi-même guérit du sentiment d'être trahi(e) ou abandonné(e) par votre binôme démissionnaire...

À NE PAS FAIRE

01// Se reposer sur ses lauriers

Inutile de nier le changement à venir et de faire l'autruche, la tête dans le sable.

02// Chercher le confort

Vouloir à tout prix le confort qui représente la stabilité est à peu près aussi réaliste que de vouloir douze mois de mai dans l'année. Derrière la quête du confort se cache la manie de tout contrôler, doublée de manque de confiance récurrent.

03// Se faire peur en imaginant des malheurs

Pourquoi les films d'horreur ont-ils une telle cote ? Ils procurent, curieusement, un sentiment de sécurité. Comparé à leur univers, le nôtre nous apparaît confortable et douillet. Cette distorsion de perception risque d'altérer votre jugement.