

« Une passe difficile... J'en parle ou pas au N+1 ? »

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



Crise conjugale, maladie grave, départ d'un proche, enfant à problèmes ou crise existentielle, votre vie est entrée dans une zone de turbulences et il vous faut la traverser tant bien que mal. Ces turbulences produisent des résonances inévitables dans votre vie professionnelle et vous mettent potentiellement en danger. Vos collègues et patrons voient déjà que l'ordre des priorités change, qu'absorbé(e) par vos problèmes personnels, vous avez du mal à vous focaliser sur les sujets professionnels, que le niveau de votre énergie décline. Bref, avant même d'avouer verbalement que vous vivez des moments difficiles, vous en avez déjà « parlé » de façon non verbale. Dans ces circonstances, dire la vérité à votre patron, c'est lui annoncer ce qu'il soupçonne déjà. Ne craignez pas de montrer votre état de faiblesse en vous mettant « à nu », pensez plutôt que votre transparence va être appréciée comme un signe de confiance et de loyauté. Mais attention ! Informer votre patron, oui, vous épancher, non. Il vous faudra rester sobre et montrer que vous maîtrisez la situation. Les turbulences étant par nature temporaires, vous devriez obtenir des délais pour certaines tâches. L'entreprise s'humanise, il y a de fortes chances que votre patron se montre solidaire et compréhensif. Non par angélisme, mais pour retenir les meilleurs talents, facteur de sa survie. ■

À FAIRE

01// Réviser ses priorités

Questionnez vos valeurs : le mode d'équilibre de vos vies personnelle et professionnelle que vous avez adopté jusqu'à présent est-il responsable de la crise en cours ?

02// Tirer des leçons de cette expérience

Quelle est la valeur d'apprentissage de cette période ? Comment pouvez-vous capitaliser dessus ? Il serait judicieux, par exemple, de prévenir votre patron des possibles conséquences de la situation sur votre job, cela donnerait de vous une image de transparence et de solidarité.

03// Assumer les difficultés

Faites face aux événements et ne fuyez pas vos responsabilités. Montrez que vous résistez à la pression et faites de votre mieux. Cela vous vaudra l'admiration de vos collègues.

À NE PAS FAIRE

01// Craquer

Si vous vous obstinez à ne rien dire, vous risquez de craquer et de tout révéler en mode catastrophe. Ce sera alors perçu comme un message de faiblesse et de non-fiabilité.

02// Développer le syndrome du pont de Tacoma

Le pont s'écroule quand les vibrations entrent en phase. Il faut donc éviter toute turbulence au travail susceptible d'accentuer les turbulences déjà fortes de la vie personnelle.

03// S'apitoyer sur soi-même

Il ne faut surtout pas vous apitoyer sur votre sort, car cela démobilise et risque d'être perçu comme un signe de fragilité ou un manque de courage.