

# « Comment pacifier mon ego ? »

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



**V**ous voulez tous les lauriers pour vous et ne parvenez pas à pacifier votre ego ? L'ambition qui vous dévore, quand elle est doublée d'impatience, est un signe d'immaturité émotionnelle et de manque d'estime de soi. Au-delà du collègue, le syndrome du premier de la classe apparaît pathétique. Formatées par le système éducatif français, les personnes atteintes par ce syndrome sont incapables de travailler en équipe. Pousées par la compétition, elles travaillent les unes contre les autres, au lieu d'avancer ensemble. « Heureusement que je suis là, les autres sont "nuls" », estiment-elles. L'ego non pacifié est semblable au tonneau des Danaïdes : à peine rempli par une prouesse attestée, il se vide rapidement par le « trou » d'un doute existentiel en relation avec l'estime de soi. Résultat : il faut le remplir en permanence, sous le coup d'une insatiable quête des lauriers, sans quoi, se vidant, il génère une angoisse et un doute de soi corrosif. Le problème, c'est que plus le « trou » est grand, plus vite « le tonneau » se vide... Seul remède à ce syndrome : le colmatage. Ce qui revient à travailler à la fois l'image et l'estime de soi. ■

## À FAIRE

### 1 // Gérer votre image

Le delta entre la façon dont les autres vous perçoivent et la manière dont vous vous voyez est révélateur : une différence importante prouve que vous devez très sérieusement travailler votre image.

### 2 // Prendre du recul

Listez vos qualités. Et regardez tout cela « de l'extérieur ».

### 3 // Nettoyer votre « disque dur »

Les « virus mentaux » doivent être nettoyés régulièrement, sous peine de bug du système. Pour y remédier, faites une liste de ce que vous avez fait de positif dans la journée.

## À NE PAS FAIRE

### 1 // Vous faire des ennemis

Les premiers de classe sont détestés par les autres. Vous n'avez pas besoin d'ennemis supplémentaires, alors aidez les autres, partagez vos données, collaborez.

### 2 // Heurter votre hiérarchie

Les « dents longues » peuvent rayer ce qui se trouve à portée d'elles. Attention de ne pas rayer tous azimuts et surtout au-dessus. On ne vous laissera faire que si cela « sert ». Si votre ambition est ressentie comme de la concurrence, attention aux coups bas.

### 3 // Diffuser votre malaise

Ce n'est pas la peine de répandre votre insatisfaction en permanence et à tout bout de champ. Gérez entre vous et vos impatiences, sans en accabler les autres.