

« Je suis un bourreau de travail et j'aime ça ! »

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



Vous vous proclamez joyeusement bourreau de travail. Votre déclaration confirme votre appartenance au groupe des passionné(e)s dont le carburant vital est leur job. Le plaisir que vous tirez de votre travail provoque une distorsion du temps : vous ne voyez pas les journées passer. A tel point que même les week-ends et le temps de vacances sont employés à travailler un peu, beaucoup, passionnément... Le trait distinctif des passionnés tels que vous ? Ils sont de bonne humeur dès le lundi matin. Leur secret ? Ils rechargent leurs batteries grâce à leur job. Quant à leur rapport au travail, il ne relève que de leur libre choix. Ces passionnés se situent à l'opposé de ceux que l'on qualifie de workaholics, dont le carburant vital est l'angoisse. Les workaholics travaillent de façon compulsive et le cachent à leur entourage. Ne sachant pas recharger leurs batteries, ils s'épuisent. Le workaholisme est une forme d'addiction provoquée par un virus mental lié à la crainte de ne pas être à la hauteur. Les deux catégories de bourreaux de travail – les passionnés et les workaholics – diffèrent donc par leur coloration émotionnelle, respectivement joyeuse ou triste. ■

À FAIRE

1 // Dynamiser votre entourage

Votre enthousiasme attire naturellement l'attention de votre entourage. Partagez allégrement la « pile solaire » qui alimente votre énergie, mais discernez au préalable les vampires énergétiques, à éviter, des gens sains à soutenir.

2 // Cultiver l'humour...

La dérision permet toujours de prendre de la hauteur. C'est elle qui vous aidera à mieux faire comprendre votre comportement passionné à ceux qui n'y voient rien d'autre que de l'ambition et de l'arrogance.

3 // ... et la discrétion

Proclamer trop fort, le lundi matin, que vous êtes heureux sonne pour certains comme une provocation. Ne vous étalez pas sur le temps que vous consacrez à vos dossiers.

À NE PAS FAIRE

1 // S'isoler socialement

N'oubliez jamais : en face de vous, beaucoup travaillent par obligation. Ne vous isolez pas en communiquant tous azimuts sur votre plaisir et passion au travail.

2 // Faire du prosélytisme

Évitez de discourir sur la valeur travail qui n'est plus ce qu'elle était. Tout le monde n'est pas comme vous. Ne vous posez surtout pas en modèle à suivre.

3 // Se taire

Tout garder pour soi va vous rendre suspect. Optez pour la discrétion, mais ne soyez pas muet pour autant. Sachez communiquer votre enthousiasme et vos victoires, calmement et de manière factuelle.