

« Je ne parviens pas à décrocher »

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



Ne pas emmener de dossiers en vacances, ne pas penser au travail, ne pas consulter ses mails professionnels de la journée, ne pas prendre d'appels professionnels (sauf urgence absolue), etc. : cette « to do list » est un défi pour ceux qui ont l'habitude de travailler « en continu » et qui se retrouvent soudain en villégiature. Pourtant, leur passion du travail leur fait parfois frôler l'addiction ou le « workaholism » comme disent les Anglo-Saxons.

Décrocher implique d'avoir vraiment décidé de couper le cordon ombilical avec... le bureau et de faire une pause pour, d'une part, recharger ses batteries physiques et mentales et, d'autre part, nettoyer son « disque dur ». C'est l'occasion de retrouver les siens, quelque peu éclipsés par les sujets professionnels. Et surtout, la charité bien ordonnée commençant par soi-même, de se retrouver soi-même. Ne craignez pas que votre décrochage soit mal interprété au bureau, bien au contraire, c'est un signal de leadership que vous donnez en montrant que vous savez prendre de la hauteur. Sachez que rester connecté(e) en vacances est un signal de soumission. Le mot vacances – du latin « vacare » : être libre, inoccupé –, met en veille vos côtés « expert, métier et fonction », et vous permettrait (enfin !) d'exprimer pleinement votre côté « personne ». ■

À FAIRE

1 // Informer son entourage professionnel...

Prévenez vos pairs, supérieurs et équipes : vous ne serez pas joignable pendant vos vacances et... tenez parole. Programmez la réponse de votre boîte mail pour rediriger le message vers la personne qui vous remplace.

2 //... et ses proches

Vos proches seront ravis de vous soutenir si vous leur annoncez votre intention de décrocher. Ils sont vos alliés naturels et vous ne pourrez pas faillir, à moins de perdre la face devant eux.

3 // Se retrouver soi-même

Trouvez le lieu qui vous enchante, vous élève ou vous inspire. C'est un point de rencontre avec vous-même. Prenez du recul, passez en revue les moments forts de l'année écoulée et grandissez.

À NE PAS FAIRE

1 // Révéler son lieu de villégiature

Il est préférable de ne pas mentionner au bureau si vous serez à une heure de votre lieu de travail, ou en Australie. Cultivez le mystère en disant que là où vous serez, il n'y aura pas de réseau. L'imagination de vos collègues fera le reste.

2 // Culpabiliser

Tuez ce sentiment dans l'œuf pour garantir de décrocher vraiment. Culpabilité signifie un sérieux manque de légitimité.

3 // Trop ralentir le rythme

Être oisif ne signifie pas être sous-occupé. Gardez le rythme mais changez d'activités : faites du sport, des promenades, des barbecues, des soirées entre amis. Attention, si vous sentez que vous vous ennuyez, vous risquez de... replonger !