

Le premier outil du management, c'est vous!

05 JUIN 2016 07:47

Par Anne-Claire Delval

Comment trouver les ressources en soi pour atteindre ses objectifs? Comment gérer ses émotions dans le milieu professionnel? Anne-Claire Delval, sophrologue diplômée, pose son regard sur la pratique du management.



Passionnée de lettres, collaboratrice et rédactrice depuis plus de 20 ans de revues (para)médicales et pour enfants, Anne-Claire Delval s'est lancée en 2009 dans la pratique de la sophrologie.

(Photo: Anne-Claire Delval)

Ne dites plus «management» mais «leadership»! N'est-ce pas Florence Foresti qui se rappelait, dans un de ses sketches, avoir «mangé des Raiders»? Tandis que la génération Z (est-ce à dire qu'elle sera l'ultime?) se régale de Twix?

Quel que soit l'enrobage de l'accompagnement (délicieux, il faut l'avouer, pour les sucreries suscitées), la problématique reste entière: comment encadrer, gérer, motiver autrui sans entrer en relation avec lui? Comment communiquer, déléguer, coordonner, écouter, quand on ne se connaît pas soi-même?

Au centre d'un groupe ou à la tête d'une équipe, le leader - ou le manager - , s'il n'a pas fait sa propre introspection, risque bien de faire porter ses propres angoisses aux hommes et femmes qu'il mène.

«Comment devient-on chef, chef?»

Endosser un tel rôle relève du chemin initiatique qui ne s'improvise pas, car c'est faire le choix de s'occuper des autres, de leur consacrer du temps, de se positionner avec courage, de faire le lien entre la hiérarchie et ses collaborateurs.

Pour remplir cette mission avec audace et bienveillance, il convient donc, avant tout, de s'interroger sur ses réelles capacités et motivations. Ensuite, la clé de la réussite tient dans une clarté vis-à-vis de soi-même: mieux se connaître pour être en mesure de mobiliser ses propres ressources, dépasser ses rigidités, décrypter son mode de communication ou encore repérer ses signaux de stress.

Une démarche continue qui demande de savoir prendre régulièrement du recul et souvent d'être accompagnée. Vouloir conduire les autres, les inspirer, sans avoir préalablement balayé devant sa porte, relève de l'utopie.

Des émotions dans l'équation

Pendant longtemps, les modèles managériaux se sont appuyés sur l'autorité et l'analyse rationnelle, héritiers du projet taylorien, souvent dénaturé voire déformé, mais centralisant les compétences pour parer à toute faillibilité des exécutants et dont résultait une «mécanisation» de l'activité humaine.

Or, avec les technologies modernes, les règles de globalisation et de compétition, les organisations évoluent; le schéma pyramidal s'aplanit, la coopération et les projets entrent en scène, les situations virtuelles se multiplient, le multiculturalisme devient courant. Encadrer, à quelque niveau que ce soit, implique donc désormais, au-delà des compétences techniques, de se mettre en lien avec ses propres émotions, d'être en mesure de les identifier et de savoir les exprimer de façon constructive.

Des préalables fondamentaux à l'analyse de leur impact, comme à leur usage adéquat, pour renforcer les ressorts à la fois individuels et collectifs, pour faire des choix éclairés dans un environnement en mutation constante, extrêmement rapide, pour s'adapter aux autres cultures et améliorer ses qualités relationnelles afin de gagner en efficacité. L'intelligence intuitive, celle qui relie le «ce qui fut» au «ce qui sera», pour être dans la vibration, dans l'air du temps. Décider de prendre ou non un risque revêt également un intérêt tout particulier: elle s'inscrit dans la durée, tandis que la rationalité considère l'instant présent.

«Intuition is a very powerful thing, more powerful than intellect, in my opinion. That's had a big impact on my work», disait Steve Jobs. Et d'ailleurs, comment, sans once d'intuition, décider des tendances vestimentaires de l'hiver prochain alors que les bourgeons printaniers peinent à éclore?

Pour couper toute faim qu'aurait suscitée cette lecture quant à la gestion des émotions, un petit exercice à expérimenter...

Pratique express:

Une émotion désagréable se présente? Fixer un point lumineux en considérant que cette émotion s'y trouve. Vous ressentez de la colère, de l'agacement, de la rage? Transformez-les en lumière, comme si elles alimentaient directement le foyer lumineux. En somme, faites-en un carburant! ♦