



La chronique d'Éléna Fourès, expert en leadership et multiculturalité, fondatrice du cabinet IDEM PER IDEM.
elena.foures@idem-per-idem.com

C'est la rentrée, je veux changer !

Comme chaque année, la rentrée aiguise notre désir de changement. Nous retrouvons notre environnement professionnel habituel et, comme dans notre passé scolaire, avons besoin d'afficher avoir changé de classe, passé une étape, ou tout simplement grandi.

Le changement externe, très usité dans ce cas, séduit par sa facilité : adoptez un nouveau look, un nouveau style, de nouvelles lunettes pour marquer une nouvelle étape de votre ascension professionnelle, ou une page tournée dans votre vie personnelle.

Ceux que l'idée de changement externe n'inspire point, car ils ne sont pas du genre à « repeindre la façade », optent pour **le changement interne**, plus complexe. En effet, même si l'on est en permanence incité à modifier nos comportements et attitudes afin de gagner en efficacité et en leadership, ces changements sont souvent difficiles à opérer.

La meilleure façon de changer est d'adopter **l'évolution progressive**, ou le changement permanent par petits crans. Ce rythme a l'avantage de préserver le confort et l'équilibre identitaire, et signe un désir de changement sain. Une fois intégré comme algorithme de fonctionnement interne, il permet d'arriver à des résultats spectaculaires.

N'oubliez pas que pour que les fruits s'améliorent, il faut en nourrir les racines. Fertilisez-vous par un apport régulier d'émotions positives, procurées par une passion par exemple. Cela crée de la motivation (le « drive » des sportifs) et renforce la cohérence interne, indispensable pour réussir le changement.

L'avantage de ce *modus operandi* est de créer des « secousses » sans être destructeur, et de vous permettre de grandir, de réaliser votre potentiel dans des délais réalistes.



Attention, adopter la voie de **la révolution personnelle** est souvent un signal de mal-être, et signe un désir de changement immature. Le risque est grand de la vivre en feu de paille, en mode « crise » et accompagnée d'un sentiment de grand malaise.

La notion de révolution permanente, chère à L. Trotsky, est tout-à-fait révolue.

Quant à **la transformation interne** personnelle, elle reste irréaliste. En plantant une graine de tomate, on peut obtenir un plant chétif, qui ne donnera rien, ou un pied vigoureux, qui vous régalerà de plusieurs kilos de fruits. Mais en aucun cas vous n'obtiendrez de cette graine de tomate un rosier.

A FAIRE

❖ Questionner son désir de changement

La révolution numérique, le renouvellement générationnel nous bousculent et nous incitent à rester «in». Le changement ne peut pas « carburer » à la peur seule. Remettez-vous en question !

❖ Définir sa zone de vulnérabilité

Ne partez pas sur le mode « fuite en avant ». Déterminez en amont quels aspects de votre vie doivent rester les mêmes, et lesquels doivent changer.

❖ Baliser en petites étapes

Le meilleur moyen de gravir un col est de progresser par petites étapes. Cela permet de mieux maîtriser l'environnement et d'assurer la réussite de l'entreprise.

A EVITER

❖ Donner dans l'impatience

Le temps est une ressource nécessaire pour arriver au résultat. Ne négligez pas ce facteur primordial. Armez-vous de patience.

❖ Vouloir changer sans que rien ne change

Méfiez-vous de ce vieux réflexe de sabotage. Le changement est une démarche ardue, qui peut parfois être douloureuse. Engagez-vous sur ce chemin en connaissance de cause.

❖ Faire et ne pas dire

Il est très important de commenter le processus de changement que vous entreprenez. N'attendez pas de votre entourage qu'il s'aperçoive de lui-même de votre démarche. Vous risquez de créer des résistances gratuites et de l'animosité inutile.

