

Se ménager pour mieux manager



Faire reculer
l'absentéisme

p. 50



La fusion
territoriale

p. 52

Écouter avec empathie ses collègues, leur fixer un cadre clair, les encourager, reconnaître leurs efforts... tous ces principes d'un management humain et éclairé ne sont applicables que si nous nous les appliquons déjà à nous-mêmes.

 **Nathalie Piers**

Écouter les autres est une composante majeure de votre travail ; mais êtes-vous à l'écoute de vous-même ? Écouter son corps ! Son langage peut être varié : poids dans le ventre, tension dans l'épaule, boule dans la gorge, tensions dans les mâchoires... Également écouter ses petites voix intérieures, celles qui nous jugent, nous comparent, nous dévalorisent. Prendre le temps de s'écouter permet une prise de conscience de notre état émotionnel et physique. Vous l'avez sûrement remarqué avec vos collègues, quand une émotion a été reconnue, écoutée, elle a tendance à prendre moins d'ampleur.

Si votre collègue vous exprime qu'il traverse une période compliquée, ne faites-vous pas preuve d'empathie ? Alors pourquoi ne pas le faire avec vous ? Vous êtes même le mieux placé pour le faire : vous seul pouvez mesurer ce que vous coûte telle ou telle action. Vous seul pouvez vous donner de l'empathie à la mesure de l'effort accompli.

Encourager et remercier les autres, vous le faites naturellement ou vous avez appris combien c'est primordial de le faire. Vous arrive-t-il de prendre le temps de voir le chemin que vous avez parcouru plutôt que celui qu'il reste à faire ? De vous autoriser à être fier de vous-même, sans fausse modestie ?

On enseigne beaucoup l'art du management. Peu celui du ménagement, trop souvent perçu comme fainéantise, nombrilisme, apitoiement sur soi-même... et surtout, on n'a pas le temps ! Certes, cela demande une vraie discipline pour faire le choix de prendre de vraies pauses devant l'avalanche de sollicitations. Nous parlons ici de vraies pauses, il ne s'agit pas de se précipiter sur ses mails personnels ou de s'engouffrer dans des conversations qui continueront de nous agiter. Une pause, même de quelques minutes seulement, laisser le cerveau quelques instants en jachère. Quand tout est moins agité, forcément on y voit plus clair. On peut alors davantage prioriser son travail et celui des autres, mieux s'organiser, réagir à bon escient.

Comment vouloir vraiment encourager et motiver nos collègues quand nos propres batteries sont dans le rouge ? Comment vouloir écouter si nous ne sommes pas à l'écoute de nous-même ?

Une personne qui ne se ménage pas ne ménagera pas son équipe en la fourvoyant dans de fausses urgences. Qui veut aller loin ménage sa monture. Mais le cavalier aussi doit se ménager, s'il ne veut pas tomber de cheval ou passer un désagréable moment quand il aura trop mal aux fesses. Se poser tous les jours cette simple question : quand et comment je me ménage aujourd'hui ?



« 70 % du temps de management est passé à gérer des relations humaines »

Vianney Lepoutre

p. 54



Sur le web

p. 56



Une expérience collaborateur positive

p. 58