



Chers lecteurs,

La révolution émotionnelle

Les neurosciences nous ont appris qu'à l'origine de chacune de nos actions se niche une émotion. Pas un « truc » appris, mais un « truc » ressenti. Paradoxalement, dans l'entreprise, les émotions sont reléguées au rang de parasites, au mieux à éviter, au pire à éradiquer. Alors même qu'elles sont la source des plus belles réalisations humaines ! Combien de fois nous sommes-nous déjà autocensurés ? En y regardant de près, les seules émotions qui soient réellement tolérées sont négatives : colère, impatience, mécontentement... Lorsque leur expression ne dépasse pas les bornes du politiquement correct, elles peuvent même être assimilées à de l'affirmation et se voir valorisées. C'est dommage qu'il n'y ait qu'elles qui aient voie au chapitre, non ? Nous en ressentons bien d'autres.

Tout est dans l'expression. Laisser une place aux émotions ne signifie pas accepter tout type de comportement. Lorsque l'on impose la maîtrise des émotions, on fait fausse route. Ce ne sont pas elles qu'il faut garder sous contrôle, mais les comportements qu'elles peuvent éventuellement engendrer... En particulier lorsqu'elles sont tuées. Reposés, détendus et boostés par un ensemble de bonnes résolutions que-nous-allons-enfin-tenir-cette-année, n'en doutons pas, je vous suggère à tous l'engagement suivant : qu'elles soient positives ou négatives, soyons cette année attentifs aux émotions des autres autant qu'aux nôtres. Encourageons leur expression et tenons-en compte dans nos priorisations, décisions et actions. Testons la formule, au moins jusqu'en juin 2019, pour voir ce que ça change. Voyons en quoi cela renforce notre intelligence collective.

J'ai la certitude que nous avons là une mine d'idées et une source infinie d'opportunités de créer des liens bénéfiques pour les individus que nous sommes et pour les organisations.

Véronique Thiel

Vive la fragilité

Montrer trop de confiance en soi ne masquerait-il justement pas un manque de confiance en soi ? Avoir besoin de se justifier, chercher l'approbation des autres, croire qu'on a toujours raison et se croire supérieur aux autres n'en est-il pas la preuve ? La véritable confiance en soi est silencieuse. Elle ne comporte aucune prétention ni aucune suffisance. Elle EST ! et elle n'a pas besoin de paraître.

<https://www.linkedin.com/pulse/vive-la-fragilité-patrick-bouvard/>



Le CO-Walking : une autre sorte de réunion

Une réunion sur quatre aboutit à une prise de décision et bien souvent on y perd son temps et on y gagne en stress. Avec l'ère du numérique qui entraîne un changement et une humanisation dans le travail, la réunion fait peau neuve et se mue en version 3.0. Steve Jobs (fondateur d'Apple) a mis en lumière une nouvelle forme de réunion : le « co-walking » : une réunion qui se passe dehors, debout, en marchant, qui libère la parole, qui met les gens côte à côte. Pas de bureau surchauffé, trop petit, trop grand, trop.....mais un vrai dialogue, un échange plus humain et attentif dû au fait de l'égalité de la posture. Le « walk and talk » trouve ses origines chez des philosophes comme Freud ou Aristote qui vantaient déjà les bienfaits de la marche sur la pensée ! En avant toute !!!

<https://www.welcometothejungle.co/articles/co-walking-alternative-reunion>



Avoir de la chance c'est une compétence

Coluche disait « Avoir de la chance c'est avoir la capacité à gagner les concours de circonstance ». Philippe Gabillet (Directeur scientifique du European Executive MBA) dit qu'avoir de la chance c'est une compétence car il faut savoir créer les conditions de cette chance et savoir saisir les opportunités ! Planter les bonnes graines au bon endroit au bon moment ! Pour ça il faut :

1. Être en éveil permanent
2. Savoir s'entourer (importance des compétences complémentaires)
3. Ne pas se décourager ! « Je ne perds jamais ! soit je gagne, soit j'apprends » cf Mandela
4. Savoir anticiper ! toujours avoir un projet d'avance.

<http://www.lestalentsdalex.com/2013/09/la-chance-est-une-competence/>



Journée intouchable

Quand parfois se couper des autres, se déconnecter de son téléphone, de son ordinateur, s'isoler complètement pendant une journée par semaine permet d'être plus efficace. Avec une bonne organisation et une planification sans concession, les bénéfices sont tels que l'étape suivante est : en programmer une deuxième !!!

<http://urlz.fr/7r70>





Copyright © **[CURRENT_YEAR]** **[LIST:COMPANY]**, Tous droits réservés.
[IFNOT:ARCHIVE_PAGE] **[LIST:DESCRIPTION]**

Notre e-mail est:

[HTML:LIST_ADDRESS_HTML] **[END:IF]**

Vous voulez changer la façon dont vous recevez notre Newsletter?

Vous pouvez [mettre à jour vos préférences](#) ou vous [désabonner](#) de cette liste.