



Perspective nouvelle, monde nouveau

Nous pouvons tous *vouloir* créer un milieu de travail favorable et un monde où il fait bon vivre. Cependant, sans engagement conscient de notre part, soutenu par des actions concrètes, il est peu probable que notre vie corresponde à nos idéaux. En fait, il est plutôt rare que les choses changent d'elles-mêmes... Réfléchissez à votre vie actuelle : y a-t-il quelques petits changements que vous pourriez mettre en œuvre dès aujourd'hui, et qui rehausseraient votre satisfaction personnelle tout en profitant aux autres ? Avez-vous tendance à résister au changement ? Prenez quelques instants pour refléter sur les causes de cette résistance. D'où provient-elle ? Percevez-vous seulement ce que vous risquez de perdre si vous effectuez le changement ou en voyez-vous aussi les bienfaits ?

À peine deux semaines suivant un atelier offert par Eksento, un participant a mentionné qu'il n'avait remarqué *aucun changement* dans son milieu de travail même si tous les employés de son secteur avaient suivi la même formation. À son commentaire, j'apporte deux réflexions :

- 1) Nous croyons à tort qu'un changement significatif se produit du jour au lendemain. Pourtant, il prend des mois sinon des années pour qu'une situation se détériore. Pourquoi penser qu'elle deviendra tout autre en l'espace de jours ou de semaines ? Un atelier de formation est un pas dans la bonne direction, mais ce n'est qu'un *aspect* du processus qui mène vers un changement durable et profond.

PRISE DE CONSCIENCE

« La grange a été rasée par le feu.
J'aperçois maintenant la lune ».

— Masahide, poète de Haiku japonais

Cette citation poétique évoque des notions liées au pouvoir d'agir. Le changement radical dont il est question dans le texte aurait facilement pu être interprété de manière négative, et pourtant, le poète partage avec nous une réflexion porteuse d'espoir. Le feu destructeur pourrait tout autant nous inciter à des pensées négatives, ancrées dans la notion de perte, mais Masahide nous ramène plutôt au fait que nous ne connaissons jamais la fin d'une histoire avant d'être rendus à la fin. Alors que nous nous attendions à une dévastation, résultat du feu destructeur, nous avons trouvé de la joie...

Les murs de la grange sont des métaphores pour les « murs » intérieurs qui nous empêchent de voir toutes les *possibilités*. Ces murs sont le reflet de nos croyances qui bloquent des aspects inconnus de notre vie ou de nous-mêmes qui existent pourtant de l'autre côté des murs. Nous pouvons apprendre à nous tenir debout en toute confiance face à l'inconnu. Pensons à toutes les fois que le vent du changement nous a apporté de belles et bonnes choses...



LA PENSÉE EN ACTION

Y a-t-il un changement ou une décision que vous devez faire ou prendre, mais que vous évitez ?
Si oui, qu'est-ce que vous gagnez en maintenant le statu quo ?
Qu'est-ce que vous gagneriez si vous changiez ?

- 2) Nous ne nous rendons pas toujours compte que le cycle du changement commence avec chacun de nous. En attendant que le changement se fasse à l'extérieur de soi, nous ne concentrons pas nos énergies sur ce qui se passe à l'intérieur de soi... N'est-ce pas Gandhi qui a dit que c'est à nous d'être le modèle du changement que nous voulons voir dans le monde ? L'êtes-vous ?

Il fallu des années pour que le mur de Berlin s'écroule enfin en 1989, annonçant la fin d'une époque et le début d'un monde nouveau. Le message anonyme qui suit avait été inscrit sur un coin de pierres :

*Tu ne peux pas changer le monde
Mais tu peux changer les faits
Et quand tu peux changer les faits
Tu peux changer ton point de vue
Et quand tu peux changer ton point de vue
Tu peux changer le monde.*

Jeannine Ouellette
Directrice, Développement du contenu



Résolutions 2004 !!

Profitez de ce moment de réflexion collective pour accueillir une nouvelle année débordante de promesse et d'espoir. Prenez le temps de penser à votre mission de vie en tant qu'être humain. Apprenez à bien connaître votre mission personnelle puisqu'elle reflète votre vision de la vie. L'être humain s'ouvre au changement de l'intérieur et le temps est propice pour que nous reconnaissons pleinement notre rôle et apportions des solutions à un mieux-être. D'ailleurs, le mot Solution ne fait-il pas partie de Résolution...

Veillez accepter nos meilleurs vœux pour une année riche en passions ! Nous anticipons avec plaisir de poursuivre nos collaborations en 2004.

Jeannine

Guy

Série d'ateliers Being@Work

Mieux vivre le changement

Durée : une journée

Objectifs d'apprentissage :

- Comprendre les notions de base liées au changement et à son impact dans notre vie
- Décrire les phases de transition qui mènent au changement
- Comprendre comment le centre du contrôle joue un rôle dans notre adaptabilité au changement
- Identifier des stratégies personnelles qui permettent de réduire la résistance et nous aident à mieux gérer le changement lorsqu'il est imposé
- Tisser des liens entre les compétences de l'intelligence émotionnelle et le processus de transition

...À VENIR

- De nouveaux ateliers portant sur les aspects concrets de l'intelligence émotionnelle et l'application de stratégies en milieu de travail
- Le lancement d'un livre intitulé *Vision Within*

Visitez notre site web pour y découvrir tous les services offerts par Eksento dont la **planification stratégique**, l'**animation**, la **révision** et la **formation**.

www.eksento.com

Appelez-nous !

Nous sommes toujours en voie de concevoir de nouveaux ateliers de formation pour les êtres humains au travail !

Vos besoins en matière de formation nous intéressent...

questions@eksento.com • 613.830.5712