

Le changement, source de motivation ou de découragement?

Cet automne plus que jamais, la tendance est au changement! Être vivant c'est être en mouvement. Pourquoi pour certaines personnes le changement est-il un défi et une source de motivation alors que pour d'autres il est une contrainte, provoque un énorme stress et parfois, conduit au découragement?

Contrairement à ce que l'on peut penser, cela n'est pas toujours relié à un manque de confiance en ses capacités ou qualités professionnelles. Nous naissons avec des propensions ainsi qu'un certain rythme qui nous est propre. Le système nerveux, circulatoire et organique vient directement influencer la façon de réagir d'un individu. C'est ce qui forme notre propre tempérament. Il existe donc différents types réactionnels. Pour mieux comprendre, voici un aperçu de mes observations et de ma classification qui permettent d'anticiper le comportement des individus au changement.

Les types réactionnels et leurs réponses au changement

CONSERVATION

EXPANSION

L'analytique	Le collaborateur	L'expressif	Le fonceur
Fige et réfléchit. Se réfère à ses expériences passées.	Planifie, cherche des alliés. Se place en mode protection et conservation.	Tente de trouver son rôle et prend plaisir à la nouveauté. Se mobilise.	Organise et planifie pour assurer la poursuite de la productivité ou du projet.

Comme le tableau l'illustre, le type analytique et le collaborateur sont plus prudents et conservateurs. Ils observent longuement avant de bouger. Ils tirent leurs références dans les expériences passées. Ils aiment les faits.

L'expressif et le fonceur ont tendance à se mobiliser plus rapidement, à regarder droit devant et tenter ainsi de contrôler la situation. Ils sont motivés par leur environnement et les nouvelles expériences les stimulent.

Et vous, quel est votre mode réactionnel et quelles sont vos sources de motivation? Êtes-vous en mode conservation ou expansion? Il n'existe pas une bonne ou mauvaise réponse. Les deux modes font partie intégrante de toutes formes d'organisation. Le plus important c'est de se connaître pour avancer à son rythme tout en respectant celui des autres.

Je vous souhaite de belles observations et une belle rentrée énergisante !

Au plaisir

Erika Quimper

Formatrice en communications d'entreprise et conférencière

Auteure du livre « Envisage-moi » aux Éditions Béliveau

www.erikaquimper.com 514-362-1110 info@erikaquimper.com