

Guide de survie - Vie de bureau

Le revers du succès

Vous rêvez d'avoir du succès au boulot, d'être apprécié de votre patron, de vos collègues. Attention : la réussite ne sera peut-être pas l'Eldorado que vous espérez.

par Anne-Marie Tremblay

Accomplir un mandat avec brio peut devenir un synonyme de stress. Les attentes à votre égard peuvent augmenter. Par exemple, confiant en vos capacités, votre patron pourrait être tenté de vous en demander toujours plus. «Il ne faut pas avoir peur de poser vos limites», suggère Claire Aubert, consultante en gestion de carrière et coach chez André Fillion et Associés. Si votre supérieur vous demande de travailler sur un dossier qui exige des habiletés en finance, et que ce n'est pas votre tasse de thé, offrez-lui de collaborer avec un collègue plus ferré que vous dans le domaine.

Soyez réaliste

Devant un nouveau dossier, vous tremblez de peur de ne pas réussir aussi bien que la dernière fois? «Il peut arriver que les gens se mettent de la pression de façon démesurée, se fixent des objectifs irréalistes», dit Josée Landry, conseillère d'orientation et conseillère principale chez Fellice stratégies humaines. Ne vous mettez pas la barre trop haute. «Il vaut mieux valider avec votre patron ce qu'il attend exactement de vous.»

De plus, gardez en tête vos forces et vos faiblesses lorsque vous acceptez plus de tâches ou une promotion. Si vous acceptez un nouveau poste uniquement pour l'appât du gain, vous risquez de vous sentir rapidement dépassé.

Limitez la jalousie des autres

Obtenir une promotion, une augmentation de salaire ou plus de responsabilités peut parfois susciter l'envie de vos collègues. Même si la jalousie des autres est difficilement contrôlable, certains comportements risquent de l'attiser. «Il faut rester humble et, surtout, reconnaître votre succès de façon réaliste, ne pas surestimer vos forces et reconnaître la contribution des autres», affirme Mme Landry.