



« Saisis ta chance »

le 24 mars 2015 16H52 | par Vincent Olivier

La semaine dernière, dans le cadre de la 3^{ème} « journée internationale du bonheur » proclamée par l'ONU (ne rigolez pas, l'ONU s'occupe de « ça » aussi), l'Institut français d'appréciative inquiry (IFA) organisait avec KT Dossot un colloque sur ce thème, alternant témoignages de professionnels, ateliers interactifs et tables rondes.

« IFA » quoi? se demanderont certains. Cet Institut à l'origine de cette conférence développe depuis une dizaine d'années en France la notion de « [psychologie positive](#) ». L'idée générale consiste à s'appuyer sur les points forts d'un individu (mais aussi d'un service, d'un collectif, d'une entreprise tout entière...) afin de permettre à chacun de tirer bénéfice de ses propres ressources – au lieu, comme c'est (trop) souvent l'habitude en France, de se préoccuper uniquement de ce qui ne va pas pour essayer de trouver des solutions.

Présentée ainsi, la psychologie positive pourrait s'apparenter à une espèce de méthode Coué matinée de behaviorisme à la sauce américaine... Et pourtant, ça marche! Pour avoir suivi en reportage Jean-Christophe Barralis, co-fondateur de l'IFA, avec Nadia Karaboukova dans une mission que j'avais racontée [dans un article paru dans L'Express](#), je peux en témoigner: avec un peu de bonne volonté des participants – et beaucoup de professionnalisme des intervenants! – le simple fait de regarder « ce qui va bien » permet, plus souvent qu'on ne le pense, de dégager des valeurs communes et donc de bâtir un socle sur lequel on peut alors construire un « vivre et travailler ensemble ».

Je sais bien à quel point une telle approche est éloignée de la mentalité hexagonale. Pour preuve, cette remarque lancée par un participant durant le colloque de la semaine dernière: « En France, l'apprentissage par l'échec est systématiquement présenté (et vécu) comme une erreur. Aux Etats-Unis au contraire, une erreur ne constitue pas un drame, tant qu'il s'agit d'être créatif ». Je pensai alors à une réflexion que me faisait récemment de mon amie [Marie Marvier, psychanalyste](#): « Chez nous, on dit qu'on prend un risque. Chez eux, on dit « to take a chance ». Tout est dit ». Effectivement...

CATEGORIES: **NON CLASSE**

0 trackback

Voici la liste de liens se référant à cette note : [« Saisis ta chance »](#).

URL de trackback de cette note : <http://blogs.lexpress.fr/le-boulot-recto-verso/2015/03/24/saisis-ta-chance/trackback/>

A propos du blog

Le travail, espace rêvé d'épanouissement personnel ? A voir... maladies professionnelles, harcèlement, burn out : derrière le diktat du bonheur se cachent aussi des souffrances physiques et psychologiques.

A propos de l'auteur

Je débarque dans le journalisme au milieu des années 80, à une époque où le sida fait régulièrement la Une de la presse. Je travaille sur ce sujet parce qu'il comporte des enjeux politiques, économiques, sociologiques, éthiques et bien d'autres encore. Car pour moi, c'est ça la santé : une mécanique qui déborde du strict champ de la médecine, qui me scandalise parfois, m'enthousiasme souvent, me passionne toujours. C'est exactement pour ces mêmes raisons que, passé du Parisien à L'Express comme Grand reporter, je m'intéresse au monde du travail, à ses implications concrètes dans la vie quotidienne, à ses conséquences – bonnes ou mauvaises – sur notre santé physique et psychique. Parce que les rapports dans l'entreprise sont de plus en plus durs, chacun doit trouver la juste distance qui lui convient, entre implication et détachement. Parce qu'on passe au moins le tiers de notre existence à travailler, le boulot, c'est pas que du boulot !



Vincent Olivier sur le web

[✉ volivier@lexpress.fr](mailto:volivier@lexpress.fr)

[Vincent Olivier sur Twitter](#)

Derniers commentaires

[Souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne | Cieux](#) a commenté sur [souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne](#): [...] Continuez et source! Souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne [...]

[Vincent Olivier](#) a commenté sur [souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne](#): Si j'avais titré "les femmes et les enseignants en première ligne", vous auriez pensé que les femmes ne pouvaient être...

[wingo91](#) a commenté sur [souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne](#): Si l'on en croit le titre, pour L'Express, une femme ne peut pas être cadre ? Intéressant.

[souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne - actualités buzz | actualités.buzz](#) a commenté sur [souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne](#): [...] C'est quoi exactement, la « souffrance psychique au travail » ? Si chacun de nous en a une idée plus...

[souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne | Info environnement](#) a commenté sur [souffrance psychique au travail: les femmes et les cadres en première ligne](#): [...] ou du comportement alimentaire etc – et, en tant que telles, elles peuvent donner lieu Lire la suite... [...]

S'abonner au flux de ce blog

[RSS](#) [\[De quoi s'agit-il?\]](#)

Sur le même thème

Poursuivez vos lectures sur le sujet avec les rubriques [Emploi](#) et [Santé](#) de L'Express.

Découvrez aussi l'autre blog emploi de L'Express, [Sous la courbe du chômage](#).

