

## Le coin des blogs

Lu sur “Coach et Moi”, le blog de Stéphane Einhorn

[www.courriercadres.com/blogs/stephane-einhorn](http://www.courriercadres.com/blogs/stephane-einhorn)

### SAVOIR FAIRE FACE À LA CRITIQUE ET EN TIRER PROFIT

“Le plus important face à une critique – justifiée ou non –, c’est d’éviter qu’elle ne tourne au conflit. C’est la raison pour laquelle, il est nécessaire de commencer par l’accueillir comme étant légitime. Si votre interlocuteur s’exprime sur un ton agressif, c’est que vous avez touché un point sensible de sa personnalité, une de ses valeurs profondes ou un de ses besoins insatisfaits. Ne fuyez surtout pas la critique : votre relation, à terme, s’en trouverait affectée. Efforcez-vous de bien comprendre ce qui se joue, engagez votre interlocuteur à s’expliquer sur les raisons profondes de ses reproches : vous l’inciterez alors à passer du ressenti au concret, de l’émotionnel au factuel.

#### IL EST NORMAL DE FAIRE DES ERREURS... ET DE L’ADMETTRE

FACE À UNE CRITIQUE JUSTIFIÉE, vous n’avez d’autre choix que de reconnaître votre erreur. Mais allez plus loin : montrez à votre interlocuteur que vous avez entendu sa critique en l’interrogeant sur ses critères de jugement,

ses repères ou ses normes. Et si le courage vous en dit, allez jusqu’à le remercier de vous avoir signifié votre erreur : vous en sortirez grandi et votre « estime de soi » n’en sera que renforcée. Face à une critique injustifiée ou qui vous semble injustifiée, c’est votre « moi », vos valeurs

ou compétences qui vont se trouver impactés. Il faudra donc faire l’effort de ne pas vous laisser déstabiliser. Une excellente technique pour contenir ce genre de débordement consiste à nommer vos émotions plutôt qu’à tenter de les dissimuler. Tout en reconnaissant à l’autre le droit d’exprimer son point de vue ou son ressenti, signifiez-lui votre trouble face à la façon dont il les exprime. Vous ferez à la fois retom-



STÉPHANE EINHORN, fondateur du cabinet Coach & moi.

ber sa pression et la vôtre. Ensuite, procédez comme pour une critique justifiée : sondez votre interlocuteur. En utilisant de préférence des questions ouvertes. Pour déterminer si ses reproches portent sur le fond ou au contraire sur la forme, limitez le débat aux faits concrets. Cette façon de procéder vous permettra de lui répondre sans tomber dans l’attaque personnelle.”

Lu sur “À un clic de là...”, le blog de Robin Carcan

[www.courriercadres.com/blogs/robin-carcan](http://www.courriercadres.com/blogs/robin-carcan)

### UN “HIVER NUCLÉAIRE” POUR LES START-UP ?

Le site américain TechCrunch a collecté des données sur les entreprises du secteur high-tech qui se séparent de leurs employés. Les résultats sont édifiants – et plutôt sombres. Le poids lourd des ventes aux enchères en ligne, eBay, procède actuellement à de lourds “dégraissages” – il est vrai qu’il avait beaucoup de salariés. D’autres start-up, bien que d’un faible effectif global, divisent parfois par deux leurs équipes. Le site a aussi eu l’idée de tester le terme “lay off” (licencier) avec l’outil Google

Trends. Les occurrences de l’expression montent en flèche à partir de début septembre (en France, la recherche sur les mots “licenciement” et “recrutement” donne une courbe beaucoup plus uniforme pour le premier, et en nette croissance pour l’autre). La publication de cette liste a bien sûr fait sensation dans la Silicon Valley, mais TechCrunch indique qu’il n’y a pas lieu de paniquer. Le site affiche même un court formulaire pour que les start-up qui ont des postes à pourvoir le fassent savoir...

► **Réagissez** aux articles de notre numéro ou postez vos avis et commentaires sur les différents espaces de [www.courriercadres.com](http://www.courriercadres.com)

- **LES SECRETS DE L’ÉNERGIE :** qu’est-ce qui vous booste le plus au travail ?
- **FAUSSE RUMEUR :** elle vous a collé à la peau et vous a gâché votre vie professionnelle...
- **ENTRETIEN :** savez-vous poser les bonnes questions... et éviter les mauvaises ?
- **UNE NOUVELLE RÉVOLUTION :** 40 ans après 68, les entreprises face au défi économique et solidaire.