

# La chance au travail, ça se travaille ...



Ana FERNANDEZ

■ Par Ana FERNANDEZ > Coach et formatrice, dirigeante du Cabinet Energycoaching

« Personnes n'est né sous une mauvaise étoile, il y a juste des gens qui ne savent pas lire le ciel ».  
Le Dalai Lama

C'est notre disposition d'esprit qui déterminerait notre propension à avoir de la chance. Voici comment vous réconcilier avec votre bonne étoile. Ni les fées ni les anges gardiens n'ont une quelconque influence sur notre chance, évidemment. Seul un état d'esprit adéquat peut faire pencher la balance du bon côté, un comportement positif qu'il nous est possible de développer ...

### ■ Faire preuve de confiance en soi :

Inutile d'espérer avoir de la chance si nous sommes d'ores et déjà persuadés qu'elle nous a définitivement oubliés. « Les malchanceux pensent ne pas avoir convaincu lors d'un entretien d'embauche, qu'ils ne trouveront jamais le compagnon idéal... Au contraire, les chanceux pensent toujours que ça va marcher pour eux. Une vision des choses capitale dans la réalisation de leurs projets. Aussi, cessons de nous considérer comme malchanceux et pratiquons l'auto persuasion: c'est en nous répétant que nous avons autant de chance que n'importe qui que nous parviendrons à nous forger une solide confiance en nous, clé de la bonne fortune.

### ■ Se créer un bon réseau relationnel :

Nous l'avons tous remarqué: ceux qui ont su trouver un appartement sympa ou un emploi de rêve l'ont souvent eu par l'intermédiaire d'un ami. Tout simplement parce que, grâce à un caractère affable et optimiste, ils s'attirent la sympathie des gens. Ils ont ainsi un nombre de connaissances bien supérieur à la moyenne, ce qui augmente considérablement leur chance de trouver de bonnes occasions.

### ■ Être à l'affût de tout :

Les chanceux sont des personnes qui mettent tout en œuvre pour parvenir à leurs fins. Si nous sommes à la recherche d'un appartement face à la Tour Eiffel, il nous faudra être à l'affût de tout : s'intéresser aux petites annonces, appeler les agences, faire marcher nos relations ... Et surtout ne laisser passer la moindre occasion sous prétexte que c'est trop beau pour nous ! C'est en nous en donnant les moyens que nous parviendrons à réaliser les projet qui nous tiennent à cœur.

### ■ Suivre notre intuition :

80 % des personnes chanceuses affirment que leur intuition joue un rôle important dans leur choix professionnel et 90 % lui font confiance dans leurs relations personnelles. Pour nous réconcilier avec notre bonne étoile, il suffirait donc de nous écouter davantage et de nous laisser guider par notre instinct. Grâce à ce sixième sens, nous aurons tous l'assurance de prendre les bonnes décisions.

### ■ Relativiser nos contrariétés :

Même les chanceux perdent le téléphone d'un contact important pour eux ! Seulement, ils ont la capacité de ne pas se focaliser sur les micro-désagréments du quotidien. Dans l'idéal, il serait bien que ce comportement devienne le nôtre. A défaut, essayons une petite gymnastique comparative: réfléchissons à la manière dont cet événement aurait pu être encore plus pénible, comparons notre situation à ceux qui subissent de pires coups du sort, interrogeons-nous sur les conséquences... C'est ainsi que nous parviendrons à rendre à ces tracas leur juste valeur.

### ■ Positiver nos coups du sort :

Lorsque ça ne va pas, « les chanceux voient le côté positif de leur déveine ». Ils respectent au pied de la lettre la célèbre formule: « À quelque chose, malheur est bon. »

Faisons de même, et regardons les conséquences positives de nos malheurs. Nous nous apercevrons, par exemple, qu'en étant arrivée en retard pour la visite d'un appartement nous avons pu en voir un autre, nettement mieux.

### ■ Refuser le défaitisme :

Avoir de la chance, c'est une question de motivation ! Pour cela, il faut bannir de notre langage toutes ces expressions défaitistes que sont « À quoi bon », « C'est trop beau pour moi »... Elles ont pour seule conséquence de nous démoraliser, de nous empêcher d'avancer dans la concrétisation de nos rêves.

### ■ Oser aller de l'avant :

J'ai été frappé de constater combien les chanceux sont des individus pugnaces, qui tentent toujours, même si les probabilités de réussite sont très minces ». Au cri de « Après tout, qu'est-ce que je risque ? », persévérons dans la réalisation de nos projets, et prenons chaque coup du sort pour un défi à relever.

### ■ Dire oui aux changements :

Si chaque été, depuis des années, nous nous rendons sur la Côte d'Azur, si nous faisons toutes les semaines nos courses dans le même supermarché. Nous épuisons les occasions que la vie nous réserve. Aussi, un seul mot d'ordre: tenter de nouvelles expériences. Emprunter un itinéraire différent pour nous rendre à notre travail, adresser la parole à de nouvelles personnes, découvrir d'autres lieux de villégiature ...

En s'ouvrant à la nouveauté, en adoptant un état d'esprit plus curieux, en s'amusant à modifier nos routines, on augmente d'autant notre « potentiel d'actions fortuites et de bonnes surprises ».

### ■ Tirer les leçons de nos échecs :

Si les chanceux connaissent, eux aussi, des coups du sort, ils parviennent aisément à rebondir. Parce qu'ils cherchent à en comprendre la cause. En tirant les leçons de leurs échecs, ils ont la sécurité de ne plus les voir se représenter. Dès lors, interrogeons-nous sur nos malchances : les raisons identifiées, nous pourrions y travailler pour qu'elles ne se reproduisent plus.

