

Face à la concurrence au travail



Comment ne pas se laisser déstabiliser par les rivalités en entreprise.

La pression concurrentielle fait partie intégrante de la vie professionnelle. Tout salarié peut subir une pression concurrentielle interne (exercée au sein de son entreprise), ou externe (avec d'autres entreprises).

En interne, nombreux sont ceux qui souhaitent gravir des échelons hiérarchiques ou s'investir dans des projets porteurs de nouvelles responsabilités. Et quand bien même vous ne vous sentiriez pas concerné(e), votre poste intéresse peut-être quelqu'un d'autre prêt à remuer ciel et terre pour l'obtenir.

Quant à la concurrence entre entreprises (ou concurrence externe), elle pousse nos dirigeants à exiger le meilleur de nous.

Les effets des rivalités en entreprise sont perçus comme une source de stress par de nombreux salariés. Dans cet article, nous proposons des pistes pour retrouver de l'assurance, malgré un contexte économique difficile.

Pour le chrétien, être ferme dans la foi, en appliquant la parole de Dieu dans ces circonstances, reste la principale solution pour faire face à ce contretemps : "**Persévérez dans la prière, veillez-y avec actions de grâce**" (**Colossiens 4.2**).

Comment dépasser ce stress et réagir sereinement face à la pression de la concurrence interne ?

Conseil n°1 : Reconnaissez vos limites face à la pression et acceptez-les sans chercher à travailler davantage pour prouver qui vous êtes. Vous vous épuiseriez physiquement et psychologiquement. Ne cherchez pas non plus à vous faire passer pour plus performant que vous ne l'êtes. Restez sérieux(se) dans votre travail.

Conseil n°2 : Ne laissez pas vos relations de travail se détériorer pour des questions de concurrence. Ne révélez pas vos émotions et états d'âme à des collègues de peu de confiance, car ils pourraient l'utiliser comme un moyen de pression sur vous. Cependant, n'hésitez pas à mettre les choses à plat avec d'autres, plus ouverts, en partageant ce que vous pourriez améliorer.

Conseil n°3 : Reconnaissez les qualités de vos collègues sans pour autant leur permettre d'en prendre avantage, notamment par la domination.

Conseil n°4 : En cas de pression trop importante, ne tombez pas dans l'engrenage des rivalités incessantes. Abstenez-vous de critiquer votre entreprise et vos collègues de travail. Prenez du recul, faites le point et rappelez-vous vos compétences. Vous êtes important(e) et votre place au travail est légitime.

Conseil n°5 : Enfin, restez réaliste. Tous vos collègues ne cherchent pas à vous nuire. Ne voyez pas en chacun d'eux, celui qui veut prendre votre place. Votre souci ne changera rien au contexte économique international.

La pression concurrentielle est épuisante et n'épargne pas non plus vos collègues. En votre qualité de chrétien, ils vous solliciteront certainement, et vous serez peut-être reconnaissants de rechercher un climat de travail plus serein. Ce sera pour vous une occasion de plus de leur témoigner de votre foi, puisque vous vous remettez fidèlement à Dieu dans la prière. Dans ce climat de confiance, vous résisterez ensemble face à la concurrence externe, car "**vos paroles seront toujours accompagnées de grâce et**

**assaisonnées de sel, afin que vous sachiez comment il convient de répondre à chacun".
(Colossiens 4.6).**

NDLR : L'objectif d'ACSER est de permettre à chacun de vivre dans de bonnes conditions sa vie professionnelle et personnelle. Pour en savoir plus, visitez : www.acser.org.

Vous pouvez avoir une opinion différente voire même divergente de celle de l'auteur de ce texte. Cependant, nous vous demandons de rester fraternels et respectueux dans vos commentaires et de viser d'abord à encourager chacun et chacune, comme nous le faisons nous-mêmes au TopChrétien.

ACSER [S'ABONNER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



127 PARTAGES