

## Opération Zéro Ego

Par Giles Daoust

Si vous suivez mes chroniques, ou si vous avez lu l'excellent livre *Ego is the Enemy* de Ryan Holiday, vous savez déjà à quel point l'ego est toxique. Dans ce contexte, j'aimerais vous lancer un défi: vous accorder un « mois sans ego », un peu à la manière de la tournée minérale du mois de février. Comment procéder ? Tout d'abord, il faut réaliser à quel point votre ego est toxique et vous joue des tours.

Dans votre travail, votre ego vous pousse à vous croire meilleur que les autres, plus intelligent, plus fort, plus résistant. Invulnérable et omniscient. Il vous conduit donc à vous comporter de manière prétentieuse, parfois condescendante, et à sous-estimer l'apport pourtant essentiel de vos collaborateurs. Votre ego vous pousse à vous mêler de tout, à croire que vous savez tout mieux que tout le monde, que vous feriez tout mieux vous-même. Il vous pousse à micro-manager et à devenir un *control freak*. Il peut vous conduire à l'épuisement.

Votre ego vous fait perdre du temps. « Il faut » que je fasse cette tâche moi-même (parce qu'elle est très importante, que je suis très important et que je la ferai mieux que quiconque). « Il faut » que je participe moi-même à cette réunion (parce qu'elle est très importante, que je suis très important, et que personne de mon équipe n'est capable de m'y représenter). En conséquence, vous êtes débordé parce que vous n'arrivez pas à déléguer. Pire ! Vos collaborateurs, à force de ne jamais se voir confier aucune tâche ou réunion « importantes », ne développent pas leurs compétences et leur indépendance. Descendez de votre piédestal et apprenez à déléguer !

Votre ego provoque de nombreux conflits. En effet, dans les relations humaines, la plupart des disputes, discordes, voire parfois licenciements et démissions, sont une question d'ego. Deux coqs bombent le torse et restent fermement sur leurs positions. « On ne me la fait pas, à moi », « pour qui il se prend celui-là ? » Mettez votre ego de côté, soyez humble et bienveillant, restez à l'écoute et à votre place (ou plutôt, ne vous demandez pas sans cesse quelle est cette place). Et les conflits se résoudront d'eux-mêmes – ou mieux, ils ne se produiront pas.

Sur les réseaux sociaux, votre ego est votre pire ennemi. Personnellement, j'aime toujours partager des articles, des idées et des livres sur LinkedIn. Mais je suis devenu allergique aux démonstrations d'ego. Peut-être, je dois bien l'avouer, par une forme d'overdose, car j'étais jusqu'il y a peu particulièrement *addict* à cette pratique. J'en suis revenu, car je me suis rendu compte que ça ne me rendait pas heureux, et que je passais trop de temps à scruter les *likes* et à épilucher les commentaires. Plus les années passaient, moins les commentaires positifs me faisaient plaisir, et plus les commentaires négatifs me faisaient de la peine (car je rêvais d'un monde où je ne récolterais que des louanges). Souvenez-vous : quand on s'expose, on s'expose à la critique !

Votre ego vous rend aveugle à propos de « qui vous êtes vraiment », et cette personne est souvent fort différente du masque que vous portez au travail, en Société ou sur la toile. Redevenez vous-mêmes et vous serez bien plus heureux. Je m'arrête là, car la liste des méfaits de l'ego est infinie.

Je vous lance donc le défi du « mois sans ego » : pendant un mois, dès qu'une de vos actions, décisions ou réactions est motivée principalement par votre ego... faites machine arrière et agissez autrement. Optez pour l'humilité et la bienveillance en toute circonstance. Faites le test, ce mois-ci ou un prochain, et voyez où ça vous mène ! Peut-être déciderez-vous de continuer...

**Pendant un mois, dès qu'une de vos actions est motivée  
principalement par votre ego... faites machine arrière et agissez  
autrement !**

Comprenez-moi bien : je sais parfaitement que les entrepreneurs et managers font en quelque sorte un métier d'ego, car ils ont l'audace de se placer au sommet de l'organigramme pour entreprendre ou diriger. Il ne s'agit donc pas de devenir un mollusque apathique sans

ambition. Simplement, de garder les pieds sur terre et de retomber de son petit nuage toxique, qui ne nous fait prendre que des mauvaises décisions.