

Comment reprendre confiance en moi ?



Romuald, 37 ans, Directeur Régional des Ventes dans l'Agroalimentaire.

Constat

- . forte pression pour que son entreprise reconquière le terrain perdu
- . plusieurs tâches à accomplir rapidement
- . autoquestionnement sur sa propre capacité
- . émotions : manque de confiance en soi, fatigue, doute sur ses décisions, il se sent paralysé
- . impact professionnel : prises d'initiative chaque fois plus difficiles, moins d'efficacité dans ses actions, perte de reconnaissance

Contexte

Après 6 années dans l'entreprise comme Technico-Commercial, où il a montré son implication professionnelle, son sérieux et sa passion pour son métier, il obtient le poste de ses rêves, celui de Directeur Régional des Ventes. Il est tellement motivé ! Il remonte ses manches et liste tout ce qu'il a envie de faire avec ses collaborateurs. Mais les réunions s'enchaînent, les objectifs fixés par sa hiérarchie s'empilent, la pression se fait sentir sur ses épaules car l'entreprise a perdu des parts de marché ces derniers mois, il faut absolument reconquérir du terrain. Il a beaucoup de reporting à faire, doit se former à de nouveaux outils, il doit rédiger des rapports d'analyse sur les résultats de son équipe, envisager des solutions innovantes pour atteindre les objectifs de ses collaborateurs et contribuer au déploiement de la nouvelle organisation décidée par la direction afin de gagner en réactivité en interne...il commence à se demander s'il a bien fait d'accepter ce poste...est-il à la hauteur ? A-t-il les compétences pour tenir cette fonction ? Il se sent moins bon que ses collègues, il a l'impression de manquer de recul et de rester la tête dans le guidon, de subir tout ce qui arrive sans rien maîtriser...il doute de lui et se demande à chaque décision s'il a raison de faire ça ou s'il se trompe complètement. Il se sent mauvais dans son rôle et réussit de moins en moins à prendre des initiatives. Il a le sentiment de s'enfoncer et d'être de moins en moins efficace. L'équipe s'interroge, son manager le Directeur France ne le reconnaît pas, il est comme paralysé.

Élément déclencheur :

Le Directeur France aborde le sujet avec le DRH qui lui conseille de proposer un coaching à Romuald afin de l'aider à surmonter ses difficultés.



COACHING

Plan d'action

En 9 séances, Romuald s'est libéré de ses doutes et il est redevenu l'homme enthousiaste et énergique qu'il était : il a repris son poste en mains et a multiplié les prises d'initiatives. L'utilisation d'outils et de questions lors du coaching lui ont permis de prendre conscience de ses ressources internes, de ses réussites antérieures et des points d'appui qu'il avait autour de lui pour réussir.

- . Il a identifié sa perte de confiance en lui
- . Il a identifié son impossibilité à prendre des décisions
- . Il a identifié l'origine de ses doutes
- . Il a utilisé son passé professionnel pour retrouver ses réussites, ses succès, ses progressions
- . Il a décidé de se mettre moins de pression et de se donner le droit à l'erreur
- . Il a préparé un plan d'action pour travailler en binôme avec son manager et un collègue expérimenté
- . Il réussit à nouveau à faire confiance à son intuition

A l'issue du coaching il a partagé ses décisions et son plan d'action avec son manager. Ils ont échangé plus régulièrement pendant quelques mois et mis en place le parrainage de Romuald par un collègue plus aguerri. Romuald a retrouvé sa confiance en lui et il apprécie aujourd'hui prendre du recul sur les dossiers et mesurer la valeur ajoutée qu'il apporte à son équipe.