

E entreprendre



- Apprendre
- Entreprendre
- S'entreprendre

Le ridicule ne tue pas!

Travaillez-vous dans un bureau cancérigène?

Quel style de communicateur êtes-vous?

Le « bitchage » au bureau

Comportement lors du « party de bureau » des Fêtes

Qu'est-ce qu'un webinar?

Le « bitchage » ou l'art de dénigrer ses collègues

Le *bitchage* semble être devenu un sujet à la mode. Il y a maintenant des formations qui s'organisent et on demande des conférences sur le sujet. Cela est peut-être un indice indiquant une augmentation du phénomène.

Les deux dernières entreprises pour lesquelles j'ai travaillé en tant qu'employée, auraient pu se mériter le trophée des championnes du dénigrement.

Au cours de l'avant-dernier emploi que j'ai occupé, le président de l'entreprise avait décidé d'utiliser la méthode « diviser pour mieux régner ». Cette formule consiste à parler contre les autres en notre présence afin de provoquer chez-nous la haine, le mépris et la médisance envers les collègues visés. De cette façon, il s'installait une certaine méfiance entre les gens et chacun gardait les secrets pour soi. Ceci était beaucoup moins menaçant pour le patron, car chacun des employés se méfiait des autres. Cette méthode n'a pas fonctionné pour moi. Lorsqu'on me racontait qu'un collègue avait émis des commentaires désobligeants à mon égard, j'allais éclaircir la situation avec lui et cela avait comme effet de désamorcer les bombes et bien souvent, ce n'était pas fondé. Cela m'a coûté un congédiement de la part de ce patron aux méthodes plutôt douteuses. Ce

fut, somme toute, une libération pour moi car je n'aurais jamais accepté d'entrer dans ce jeu diabolique.

Lors du dernier emploi, il existait des cliques qui se moquaient carrément des autres. Cette situation était invivable. Les collègues crucifiaient le patron qui faisait pourtant son possible pour être équitable envers chacun des membres de son équipe. À cet endroit, je pus renverser la situation de *bitchage* en faisant valoir les qualités de notre patron aux membres de notre équipe. Je suis fière d'avoir réussi cela avant mon départ. Au fil du temps, nous sommes devenus une menace pour les vipères. Notre département était trop solide, trop soudé et les attaques mordantes des cliques ne nous touchaient plus.

Mais je me pose encore cette question, qu'est-ce qui pousse une personne à en « descendre » une autre?

Comme les gens heureux n'ont pas d'histoire, ils ne parlent pas des autres :

ils parlent de leur avenir, de leurs objectifs, de leurs amis d'une façon respectueuse et ne perdent surtout pas leur temps ni leur énergie à dénigrer les autres.

Je plains cependant les gens malheureux, jaloux, envieux qui sentent le besoin de s'attaquer aux autres pour exister. Quel manque de confiance en soi ! Quelle preuve d'insécurité et d'immaturité. Pointez un doigt vers un autre et les quatre autres doigts de la main se pointent vers vous. J'ai appris au cours de ma vie à cultiver l'humilité. J'ai eu des succès, des petits et des plus gros et jamais je ne me suis considérée plus haute qu'une autre personne. Je ne juge pas les autres non plus. Pourquoi le ferais-je ? Qui suis-je pour me permettre cela ?

Au travail, la pause-café et le temps du lunch sont propices au *bitchage*. Évidemment, le problème est déformé, exagéré et tout y passe. L'allure, la façon de marcher, de s'habiller, de se



comporter, tout est passé à la loupe. Le milieu professionnel est propice à ce style de ragots. Je suis toujours surprise d'analyser le visage des gens qui médisent. Leurs expressions faciales, les mouvements des yeux et de la tête sont saccadés et remplis de haine.

Ils plissent les yeux et ceux-ci deviennent méchants, durs et cruels. On dit que les yeux sont le miroir de l'âme. Le reflet de l'âme n'est pas au plus beau lorsque des situations semblables se produisent. Un autre moment propice au *bitchage* se produit dans les trans-

ports en commun lors du retour à la maison, le soir. Les gens partent du bureau et sont stressés, ils cultivent et amplifient ce stress en parlant négativement de leurs collègues. Ils arrivent à la maison remplis de stress et la vie continue. Demain ce sera pareil et ainsi de suite. On *bitche* aussi à la maison, les enfants *bitchent* à l'école et nous contribuons à modeler une société de *chiâleux* qui ne règlent rien. Heureusement, chers lecteurs, vous n'êtes pas de ceux-là, Dieu merci !

Ginette Salvas
Maître-praticien PNL
Spécialiste de la communication
et du changement
www.maitre-pnl.com

Lecture suggérée

LE « BITCHAGE » Guide de survie **Par Marthe Saint-Laurent**

L'auteur raconte : « Depuis la parution, en mars 2009, du livre *Ces femmes qui détruisent... les femmes - les ravages du bitchage*, des témoignages me sont parvenus par milliers.

Les appels à l'aide, à travers des messages de détresse et suicidaires, m'ont profondément marquée. Quelques *bitcheuses* se sont manifestées - mais en très petit nombre -, me démontrant que le sujet ne laissait personne indifférent. Les médias se sont penchés également sur cette problématique et dans les Salons du livre, on me demandait souvent : « Proposez-vous des solutions? ».

Un an plus tard, suite aux conférences et au coaching professionnel que j'offre pour aider des femmes, des hommes et des gestionnaires des deux sexes, je me suis lancée dans une nouvelle aventure rédactionnelle. Ce guide de survie se veut avant tout un outil pratique offrant des réponses directes à des questions simples, même si elles sont liées à des sentiments fort complexes. Il s'agit d'un complément à *Ces femmes qui détruisent... les femmes*, et non d'une suite.

J'offre bien humblement à toutes les femmes qui souffrent, celles qui font souffrir ainsi qu'aux gestionnaires, des solutions pratiques pour freiner leurs angoisses, des réponses à leurs questions ainsi que des conseils indispensables afin d'éviter, autant que faire se peut, de retomber dans les affres du *bitchage* - à la base même du harcèlement psychologique. »

LE « BITCHAGE » Guide de survie Format 6" x 9", reliure allemande, essai Béliveau Éditeur 120 pages, 14,95 \$ ISBN : 9782890924499 (2890924491)