



**Laurence Malès**  
Rédacteur en chef  
adjoint

## Restons zen face à notre environnement technologique !

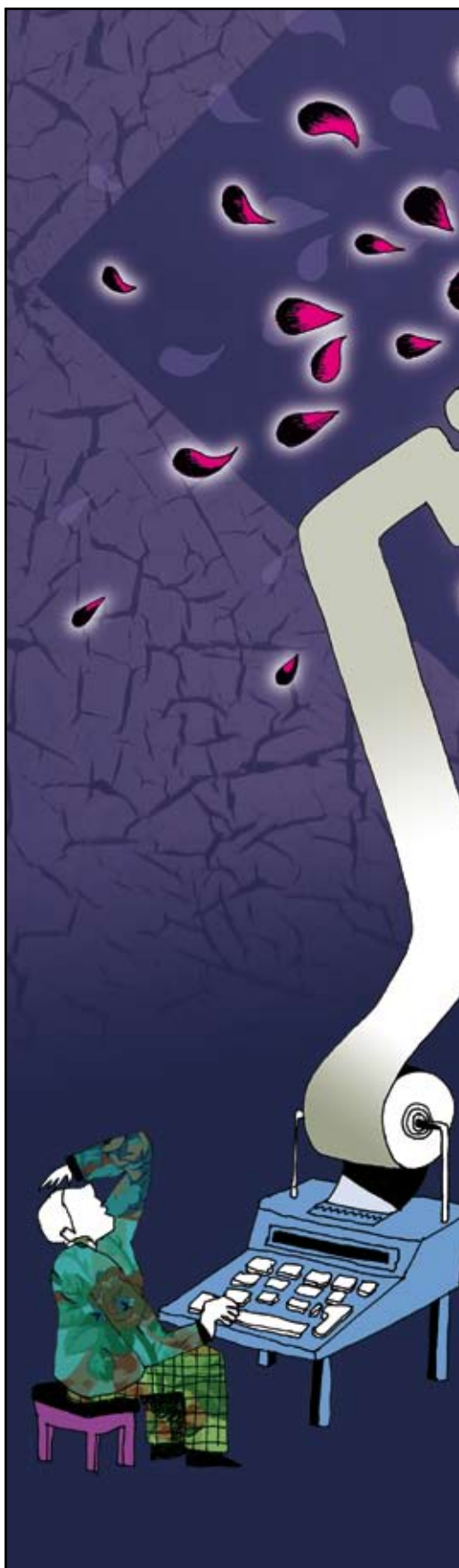
Réception instantanée des e-mails, surf constant sur Internet, connexion permanente avec les réseaux sociaux, PC fixe, portable, PDA, Blackberry, Iphone, Ipad, Wi-fi, clé 3G, SMS, MMS, appels et conférences téléphoniques... Nous ne pouvons plus vivre sans, et notre efficacité en est décuplée... quand tout fonctionne ! Compte tenu de la multiplicité des outils qui nous sont maintenant indispensables, il n'y a pas de semaine où, dans notre propre entreprise, chez nos clients ou nos fournisseurs, un de ces outils ne dysfonctionne, créant un niveau de stress parfois à la limite du supportable. Déplacement excentré de quelques jours avec impossibilité de consulter ses mails (demandes clients non satisfaites), réseau d'entreprise paralysé pendant quelques heures (appel d'offres à finaliser), fichier trop volumineux coincé dans les « tuyaux » (réponse technique ou commerciale), blocage de sa messagerie sur PDA avant un déplacement professionnel, contacts ou agenda inaccessibles, mauvaises manipulations sur son PDA pour accéder à son agenda en vue de fixer un rendez-vous avec un contact important... Par ailleurs, discuter avec nos interlocuteurs Internet et téléphonie relève parfois du challenge. Comment éviter le renvoi d'un appareil au service technique alors qu'une petite manipulation suffirait ? Autant de situations que nous pouvons tous lister, qui font monter l'adrénaline et nous interpellent sur notre capacité à garder notre calme.

Bizarrement, si la connexion permanente (week-end et vacances) est parfois contraignante, elle permet en même temps de créer une certaine sérénité, quand on sait, d'un coup d'œil, qu'on n'a rien raté d'important. Et quand exceptionnellement, tout fonctionne bien, c'est le nirvana...

Un responsable commercial, très compétent et très psychologue, d'un opérateur téléphonique, m'expliqua un jour, alors que j'arrivais excédée... que nos téléphones portables étaient maintenant de petits ordinateurs, et qu'ils « bugaient » régulièrement, que c'était inévitable, et qu'il fallait faire avec. Une remarque à intégrer...

Puisque nous ne pouvons plus nous déconnecter, nous avons certes notre fil à la patte, mais ne plus l'avoir est aujourd'hui encore bien pire. La seule chose que nous puissions raisonnablement faire, c'est de gérer notre stress, être bien assisté, mais aussi progresser constamment dans notre utilisation personnelle et professionnelle des nouvelles technologies. Au delà de tout, restons zen...

Illustration : Olivier Fontvieille



@ ÉCHANGES SUR DFCG.COM

- Pour vous abonner
- Consulter la newsletter
- Participer au forum
- Retrouver un article