

ZONE DE CONFORT : OSER SORTIR DE SA LIMITE

C'est quoi la zone de confort ?

C'est une sorte de bulle familière, confortable et sécurisante mais qui en fait est dangereuse car elle nous enferme dans la routine et nous empêche de faire ce qui serait le mieux pour son avenir, sa carrière et sa vie. En évitant de sortir de cette bulle, on limite son potentiel et sa créativité par peur de perdre ce que l'on a : un poste, un salaire, des collègues ...

J'étais dans cette zone de confort depuis quelques années et je me contentais d'avoir un travail sécurisant pour ne pas être en difficultés matérielles. Cela m'a plutôt bien réussi sur ce plan là sauf que ma zone de confort devenait d'année en année une prison dorée dans laquelle je rouillais et où je m'ennuyais à mourir.

Et puis un jour, j'ai compris que j'avais atteint la limite de ma zone de confort professionnelle. J'ai fait le constat que je n'étais plus capable d'être créative, je ne pouvais plus développer de nouvelles compétences et je n'apportais plus rien à mon entourage professionnel. Je m'étais petit à petit emprisonnée dans un univers qui ne me permettait plus d'explorer mon potentiel et qui m'empêchait de continuer ma croissance et mon épanouissement.

Comment j'ai osé sortir de cette zone de confort et ce que cela m'a apporté

C'est difficile de prendre la décision de quitter son job. Cela représente une prise de risque, une période transitoire pas toujours confortable et pendant laquelle on ne maîtrise pas vraiment les choses et où on ne sait pas si la réussite est au bout du chemin. Mais il faut savoir un jour dire stop quand cela devient douloureux. Je me suis dit que c'était pour moi une opportunité de changer de vie et qu'il en ressortirait toujours quelque chose de positif. J'ai donc fait le saut dans l'inconnu !

J'ai dû travailler sur mes peurs : suis-je capable de faire un autre métier ? La peur du jugement des autres, la peur de l'inconnu, la peur de manquer...

Mais sortir de ma zone de confort m'a permis de créer ce blog et de prendre plaisir à écrire des articles sur le bien-être au travail. Je peux développer ma créativité, me perfectionner dans de nouveaux domaines et j'ai du temps pour les autres. J'ai rencontré de nouvelles personnes qui ont posé un autre regard professionnel sur moi et m'ont montré que je pouvais être réussir autrement.

Aujourd'hui cette période de transition m'a permis de trouver la voie de mon épanouissement professionnel pour m'orienter vers un nouveau métier de Consultant-formateur en relations humaines.

Quitter une zone de confort est donc une croissance qui nous pousse à nous positionner, à faire des choix, à prendre des orientations. Et donc, par conséquent, à changer d'environnement, de façon de faire, de penser... En somme, de s'ouvrir à autre chose.

Mais sortir de sa zone de confort professionnelle ne veut pas forcément dire que vous êtes obligé de quitter votre job actuel. Vous pouvez aussi chercher quelles compétences professionnelles vous pourriez acquérir pour évoluer vers de nouvelles responsabilités au sein de votre organisation.

Bien sûr que cette capacité à sortir de sa zone de confort professionnelle n'est pas donné à tout le monde et dépend de sa personnalité mais c'est un état d'esprit à développer qui nécessite une certaine dose de courage, d'audace et de confiance en soi. Il faut faire face à ses propres freins comme la résignation, l'inertie, l'appréhension des risques encourus, réels ou supposés, qui jouent un rôle non négligeable dans l'attitude face au changement. Mais aujourd'hui le contexte économique peut d'un jour à l'autre balayer tout son petit confort et si on ne s'y est pas préparé, la chute peut faire très mal.

Pour un changement de cap professionnel, vous pouvez vous poser 3 questions pour savoir quelles orientations vous aimeriez donner à votre carrière :

- **En quoi pouvez-vous être le meilleur au monde ?** Qu'est ce que vous faites plus vite ou mieux que les autres ?
- **Qu'est ce qui vous passionne le plus profondément ?** Dans quoi mettez vous votre argent et votre temps libre ? C'est souvent là que se trouvent les sujets qui vous passionnent le plus.
- **Quel est votre moteur économique ?** Quelle est la viabilité du modèle économique du domaine qui vous passionne et dans lequel vous aimeriez exercer votre talent ?