

L'expérience optimale au travail, c'est possible?



Passer plus de temps au bureau qu'à notre lieu de résidence. Réfléchir à nos projets du boulot pendant plus de temps qu'à nos projets personnels. Voilà la réalité de bien des gens. Alors, comment modifier ces moments de façon agréable au point où notre travail nous serait perçu comme un loisir?

L'expérience optimale, qu'est-ce que cela signifie?

Oublier le temps tellement notre concentration est élevée, voilà en quoi consiste cet état d'âme. Quel succès aurait une entreprise qui amènerait ses employés à être largement performant tout en permettant à ceux-ci de percevoir leur travail tellement passionnant qu'ils le compareraient à un jeu?

Comment y parvenir?

Pour obtenir l'expérience optimale, le travail doit contenir un défi réaliste, mais surtout clair et précis. Dans ce sens, l'employé pourra s'engager pleinement et donc, oublier toutes distractions personnelles. Il aura donc tout le contrôle de ses actes et augmentera ainsi sa performance de façon considérable. Le défi doit d'ailleurs fournir un feedback rapidement pour optimiser les chances de réussite. Pensons à une personne qui s'entraîne pour les olympiques. Celle-ci fera tous les efforts pour dépasser ses limites, et ce, pour quelle raison? Réussir le défi qu'elle s'est établie. De là l'importance de fixer des défis aux employés et que ces défis soient ajustés à chacun, selon leur capacité.

En quoi cela est bénéfique pour l'entreprise?

Les employés qui atteignent l'expérience optimale sont plus innovateurs et plus performants. En effet, cet état d'âme leur permet de réduire leur angoisse et d'augmenter leur confiance d'eux-mêmes puisqu'ils auront le sentiment de vraiment avoir le contrôle sur leur travail. Ils évoluent personnellement et amplifient leurs aptitudes. Leur qualité de vie est alors améliorée.

Bref, tout porte à croire que l'expérience optimale au travail est largement bénéfique tant pour l'employé que pour l'entreprise.

Source : Mihaly Csikszentmihalyi

Rédigé par Nancy Martineau, CRHA affiliée étudiante

Gestionnaires misant sur la performance RH, suivez-nous !

