



Le travail en questions

Vous vous traînez au boulot? Ce n'est pas une fatalité. On peut y trouver plus de sens, quitter son job pour devenir son propre patron, voire réaliser son fantasme professionnel le plus fou. Notre enquête exclusive, menée par Listen, le prouve: certains ont trouvé l'équilibre. Pourquoi pas vous?

Le bonheur au travail? C'est la quête ultime. Mais les très nombreux sondages réalisés au cours de cette décennie nous apprennent que le graal est souvent hors d'atteinte. Le stress, les conflits relationnels avec les collègues ou la hiérarchie, le sentiment d'accomplir des tâches inutiles ou de sombrer sous les dossiers à rendre avant lundi en sont autant d'explications. Or à l'ère des bouquins de développement personnel, des coaches et du marketing des ressources humaines, être heureux au bureau, sur les chantiers ou ailleurs serait devenu une obligation.

"Avant de déterminer si on se sent bien dans son job, on se met déjà la pression. Socialement, on est obligés de se réaliser dans la joie. Il faut comprendre que si vous n'êtes pas heureux au travail, même sans le détes-



Texte:
Nicolas Sohy.

ter au point de tomber malade, il faut faire quelque chose. Même si ce n'est pas forcément anormal ni préoccupant pour votre santé physique et mentale", tempère Delphine Pennewaert, psychologue du travail et membre des réseaux Developing Talents Croissance Formation et Wings for Work. "En consultation, j'accompagne des personnes qui culpabilisent de ne pas être épanouies, ce qui les rend encore plus malheureuses. Il faut relativiser! L'utilité première du travail n'est pas de produire du bien-être. C'est un labeur, une corvée." John Cultiaux, sociologue à l'UNamur poursuit la réflexion. "On préférera les notions de plaisir, de satisfaction, de sentiment de reconnaissance, de motivation... Le bonheur implique tous les registres de l'existence au-delà du professionnel. Ce qui est vrai en revanche, c'est que ce qui se vit dans son existence influe et est influencé par ce qui se joue au travail: une belle réussite sur le plan professionnel peut compenser certaines difficultés personnelles. De même, des problèmes professionnels peuvent littéralement vous gâcher la vie."

Seuls 2 Belges sur 5 se disent épanouis au boulot. Mais il en reste encore 1 sur 5 qui se considère malheureux.

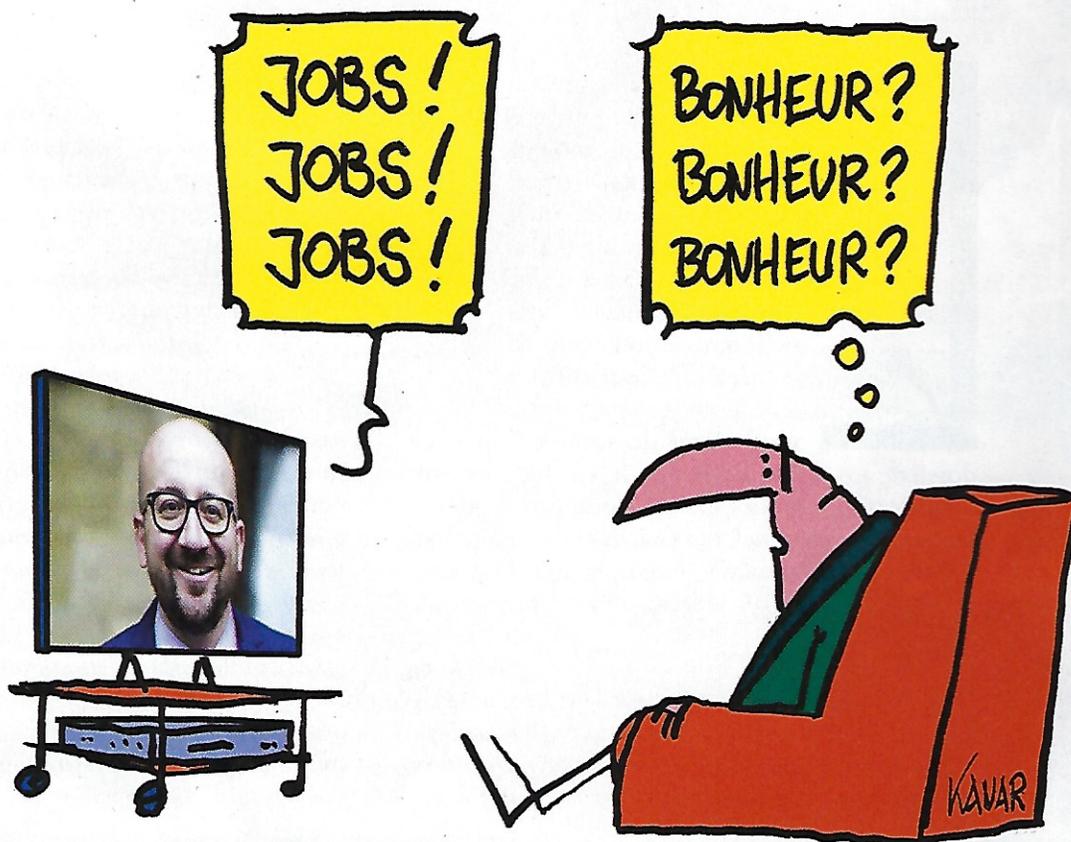
→ L'enquête que *Moustique* a commanditée auprès du bureau d'études Listen mesure tous ces indicateurs. Elle nous apprend que seuls deux sondés sur cinq se disent heureux au boulot; contre un sur cinq qui se considère malheureux. Plus interpellant encore: deux travailleurs sur cinq ont connu un arrêt de travail à cause d'un épuisement physique, d'un excès de stress, d'un burn out ou de harcèlements hiérarchiques ou de collègues. Un quart des répondants admettent en outre souffrir des cadences et des performances qui leur sont imposées. Qu'ils soient des hommes ou des femmes, débutants ou en fin de carrière, des citadins ou des ruraux, des travailleurs issus des classes sociales élevées ou

défavorisées n'influencent que très peu cette réalité. Les maux du travail nous touchent tous, employés comme ouvriers, fonctionnaires ou indépendants.

L'argent aussi fait le bonheur

Avoir un salaire à la fin du mois est la première motivation pour sept travailleurs sur dix. Elle explique cependant davantage pourquoi on trime que pourquoi on aime notre emploi en particulier. *"Ce qui compte pour se dire heureux, c'est l'équilibre entre ce qu'on a le sentiment de donner et ce qu'on reçoit. L'enquête est frappante: ce sont surtout les malheureux qui s'accrochent au salaire. Cela prouve que ce n'est pas le revenu en lui-même qui importe. C'est ce qu'il signifie. Il régule les échanges. Le salaire, c'est une reconnaissance sociale, décrypte Delphine Pennewaert. Pour preuve, les surendettés sont souvent, pas toujours, des personnes issues des classes sociales défavorisées. Ils ont besoin de signes extérieurs de richesse pour exister aux yeux des autres."*

On comprend dès lors pourquoi plus un travailleur se dit heureux, moins l'argent pèse dans la balance du bonheur. Pour 45 % des Belges, le sentiment d'utilité est le facteur le plus déterminant.



qu'il soit collectif ou individuel, réel ou illusoire. Nos répondants valorisent aussi la nature des tâches à accomplir (41 %), la relation avec les collègues (34 %), l'apprentissage et la formation continue (31 %), les rencontres avec de nouvelles personnes (19 %) ou le fait de s'évader de sa vie personnelle (14 %).

L'enquête met en fait le doigt sur deux conceptions du travail. "À une extrémité, certains ont un rapport strictement instrumental au travail. Pour eux, la vie est ailleurs et ils en attendent surtout une rémunération équitable", pointe le sociologue. "À l'autre extrémité, d'autres ne vivent que pour le travail et ne peuvent réussir leur vie que s'ils réussissent professionnellement... Ces deux positions peuvent ne durer qu'un temps. La majorité des travailleurs attendent a minima que leur job soit utile, qu'il soit mené dans un contexte positif et, au-delà, qu'il leur permette de se développer, d'acquérir de nouvelles compétences ou de découvrir de nouvelles facettes d'eux-mêmes."

Les seniors ne sont pas les plus ronchons

À quel moment de sa carrière est-on le plus heureux? Les moins de 25 ans sont les moins satisfaits: 37 % d'entre eux déclarent avoir un job épanouissant; 21 % sont carrément malheureux. Cela s'explique aisément. De nos jours, les jeunes actifs doivent souvent faire face à plusieurs désillusions et enchaîner des contrats précaires ou des missions qu'ils auraient espérées bien plus intéressantes.

Les plus âgés sont à l'inverse ceux qui se plaignent le moins. La moitié des plus de 55 ans sont heureux et seuls 13 % vont bosser avec les pieds de plomb. Étonnant? Pas tellement. "Les travailleurs plus âgés peuvent s'investir dans le travail avec plus de passion parce qu'un certain nombre d'insécurités existentielles ou de contraintes familiales sont derrière eux", poursuit John Cultiaux. La psychologue enchaîne: "Les plus de 55 ans ont la chance d'avoir fait des choix plus jeunes. Ils ont du recul et répartissent mieux leur énergie. Ils ont plus confiance en eux. Ils savent ce qu'ils valent. De plus, ils ont généralement pris du recul par rapport à la hiérarchie."

L'épanouissement, un luxe de riches diplômés?

Plus les travailleurs viennent d'un milieu défavorisé (moins leurs revenus sont élevés et moins ils sont diplômés), moins ils se disent heureux. Pour autant, le diplôme ne garantit pas le bon-

TOUT PEUT BASCULER

Même les travailleurs les plus satisfaits sont prêts à laisser tomber leur job s'ils en trouvent un autre mieux payé.

Pour quelle raison seriez-vous capable de plaquer votre emploi pour continuer votre carrière ailleurs? Sans surprise, six personnes sur dix répondent: un meilleur salaire. Dans le même ordre d'idées, selon l'enquête Listen, la seconde raison concerne des avantages en nature plus intéressants (36 %). Après, viennent, dans cette ordre, la perspective d'un travail plus épanouissant, un travail plus proche du domicile, un job moins stressant ou avec plus de flexibilité, une meilleure ambiance, plus de responsabilités ou plus de travail en équipe.

Ceci dit, les plus de 55 ans sont forcément moins nombreux à être prêts à lâcher leur job pour un autre. D'ailleurs, si le travail n'était pas lié prioritairement à l'aspect financier, presque un quart de la population active francophone choisirait un poste à mi-temps. Un Belge sur cinq changerait totalement de travail, un autre continuerait tout de même à travailler au même rythme et au même poste, tandis que 15 % de vos collègues arrêteraient carrément leur carrière.

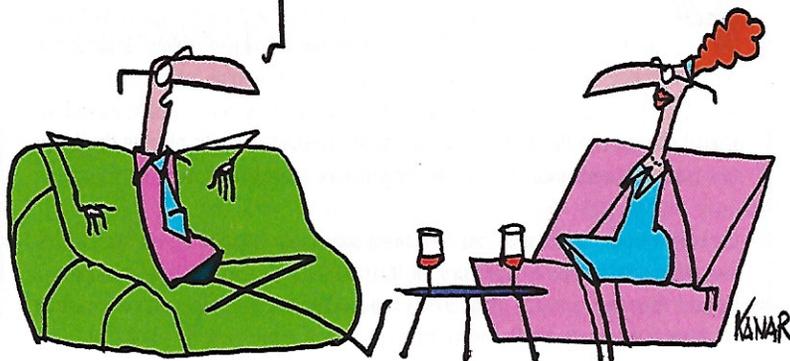
PRÊTE À GAGNER MOINS POUR SE SENTIR MIEUX



heur et ne pas en avoir ne vous condamne pas à un sale boulot. "Pour s'épanouir, il faut trouver du sens à son job. Un petit ou un grand. Travailler dans un service public, nettoyer des rues ou ramasser des poubelles sont des métiers intéressants et gratifiants. Ces personnes travaillent au service de la communauté", poursuit Delphine Pennewaert. Elle souligne un autre aspect essentiel: le sentiment d'autonomie et de confiance. "Les travailleurs se sentent particulièrement frustrés lorsqu'ils sont coincés dans des procédures. Par exemple, si vous devez écrire un rapport et qu'il doit être →

PARTAGE DES TÂCHES

BREF, POUR QUE TU T'ÉPANOUISSES HUMAINEMENT
J'AI INTÉRÊT À M'ÉPANOUIR FINANCIÈREMENT



→ validé par trois personnes, pire encore si vous avez le sentiment qu'elles sont moins compétentes que vous, cela frustre énormément."

L'illusion des horaires à la carte

En Belgique, quatre travailleurs sur dix ont des horaires flexibles. Seul un sur trois est encore sujet à un système de pointage et 14 % restent en shifts. 12 % peuvent travailler à la carte, sans horaire, tant que le taf est fait et les deadlines respectées. Pour ceux qui restent, les horaires sont fixes. Par ailleurs, 13 % ont l'opportunité de faire du télétravail. À première vue, cette flexibilité permet aux travailleurs de mieux gérer leur emploi du temps. Mais les politiques menées par le gouvernement Michel (annualisation du temps de travail, nouvelles règles pour les heures supplémentaires, horaires flottants, travail de nuit, etc.) ont des effets pervers. "Si les patrons utilisent cette flexibilité pour augmenter la confiance en leurs travailleurs en donnant plus de liberté, c'est positif."

68 % travaillent avant tout pour le salaire. Plus ils sont heureux, moins l'argent pèse dans la balance.

Malheureusement on constate que dans de nombreuses entreprises, elle est utilisée à des fins de rentabilité maximale", regrette Delphine Pennewaert. Même raisonnement pour le télétravail. "Si c'est un moyen pour permettre aux travailleurs de mieux s'organiser et d'avoir le temps de réfléchir et rédiger un rapport de 10 pages au calme à la maison, je dis bravo. Si c'est pour limiter les frais de l'entreprise ou s'il est octroyé comme récompense, ça n'a pas de sens. Aujourd'hui, les entreprises copient-collent des techniques de flexibilité venues d'ailleurs, comme les Flexi Desk, et pense que ça va forcément fonctionner. C'est une illusion."

Le pouvoir n'intéresse plus

Un travailleur sur cinq voudrait avoir plus de "pouvoir" et de responsabilités au sein de son entreprise. C'est vrai tant pour les femmes que les hommes et essentiellement chez les 25-34 ans. "À mon sens, un niveau hiérarchique plus élevé ne rend pas les gens heureux, assène la psychologue. "Les titres et les badges n'intéressent plus autant qu'avant. Les gens veulent avoir la capacité d'agir sur les choses, d'avoir un impact et d'influencer les décisions, pas de donner des ordres." Les nouvelles techniques managériales dans les entreprises s'inscrivent dans cette réalité. Il est loin le temps où les salariés craignaient le patron.

Désormais, les relations entre le supérieur hiérarchique et ses subordonnés sont moins formelles. La preuve: deux tiers des salariés qualifient leur relation avec la hiérarchie de "respectueuse", 19 % carrément d'"harmonieuse" ou de "chaleureuse". Elle est "tendue" pour seulement un travailleurs sur dix et insupportable pour 3 %. d'entre eux Une situation qui se dégrade avec l'âge... Listen a également sondé les patrons. Ils qualifient la relation avec les personnes dont ils sont responsables de respectueuse à 65,6 %, d'harmonieuse à 25 %, de tendue à 7,8 % et d'insupportable à seulement 1,6 %.

Étant donné qu'on passe la majeure partie de notre vie lorsqu'on travaille à temps plein au boulot, la relation avec les collègues est un autre élément déterminant du bonheur au travail. Un travailleur sur deux déclare entretenir une relation amicale avec ses collègues, autant d'hommes que de femmes. Pour un tiers des patrons, cela se limite à une relation professionnelle.

À 30 minutes de la médiocrité

Quatre actifs sur dix travaillent dans un cadre agréable et deux sur dix estiment avoir un environnement plutôt médiocre. Les classes sociales défavorisées (36 %) et les ouvriers (40 %), surtout, ont tendance à évoluer dans un "cadre" qui

considère comme déplaisant. La notion est néanmoins difficile à définir. Qu'est-ce qu'un bon environnement? Pour Mathilde, conseillère chez Partenamut, le lieu de travail est essentiel. "Pendant une semaine cet été, l'air conditionné était en panne. Je venais chaque jour travailler avec des pieds de plomb. Sur la longueur, je n'aurais pas supporté." Elle accorde de l'importance à la modernité du bâtiment, à sa propreté et son accessibilité. Elle habite à moins de 10 minutes de son agence bruxelloise.

Ce point est important pour de nombreux travailleurs. Sans embouteillage, le trajet domicile-travail dure 15 à 30 minutes en moyenne en Belgique. Moins d'une personne sur dix travaille à moins de cinq minutes ou à plus d'une heure de son domicile. Il s'agit surtout d'un élément de satisfaction professionnelle pour les femmes. Pour Sarah, chargée d'accueil au siège d'une grande compagnie d'assurances, la qualité du cadre de travail dépend des procédures. "Dès que j'ai besoin

de matériel de bureau, des bics ou des agrafes, ça prend au moins une semaine, car la demande doit être validée par différents services. C'est anecdotique, mais c'est exaspérant parfois."

Les indépendants (59 %) sont globalement plus satisfaits. Benoît, peintre en bâtiment, s'accorde avec les chiffres de l'étude. "Soit je suis à la maison en train de faire des devis ou des factures, soit je suis sur le chantier, c'est-à-dire dans des maisons de particuliers. Même s'il n'y a rien, si le bâtiment est vide, ça ne me dérange pas. Mon lieu de travail, c'est en fait ma camionnette. Je l'agence comme je veux. J'ai la paix." Le sociologue John Cultiaux conclut: "Ceux qui se disent satisfaits au travail ne sont sans doute pas les mieux payés, ne travaillent pas nécessairement avec de meilleurs collègues que les autres et ne survolent pas les bouchons le matin. Le bonheur demeure une perception subjective et intime toujours susceptibles d'évoluer." Il ne faut donc jamais perdre l'espoir de l'atteindre. Car il est à portée de main. ✕ →

L'enquête

Enquête Internet,
du 9 au 16/8

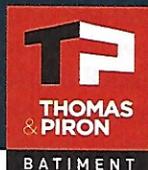
1.000 Belges
francophones
(population active,
20-64 ans)

Marge d'erreur:
3,1 %

Niveau de
confiance: 95 %

C'EST
LE MOMENT!
OFFREZ-VOUS LA QUALITÉ THOMAS & PIRON

**CONDITIONS
EXCEPTIONNELLES***
SUR NOS APPARTEMENTS NEUFS



PROFITEZ-EN LORS DE NOS **PORTES OUVERTES**
TOUTES LES INFOS SUR www.thomas-piron.eu/cestlemoment
ou au 081 32 50 20

DÉCOUVREZ AUSSI NOS NOUVEAUX PROJETS À UCCLE, WATERLOO, BOMEL, MARCHE,...

*Offre soumise à conditions, valable pour la période du 01/09/2018 au 01/11/2018, sous réserve de disponibilité et sur une sélection de projets. Remise variant selon le projet et les appartements.