

Pour quoi travailler ?

Quel est le sens de mon travail ?

Quelle place a-t-il dans ma vie ?

...
Job & C^{ie} vous accompagne
...

Le sens du travail est aujourd'hui au centre de beaucoup de préoccupations autour de nous, et ainsi souvent au cœur de la problématique de recherche de nos accompagnés chez Job&C^{ie}. **Nous avons recueilli les témoignages d'accompagnés et d'accompagnateurs Job & C^{ie}ns, pour mieux comprendre la place du travail dans leur vie et les relations entre leur vie professionnelle et leur vie sociale et de famille.** Nous constatons que malgré les différences d'âge et d'activité, malgré la diversité dans l'expression des témoignages reçus, il y a une grande similitude au fond. Nous donnons des extraits des témoignages en groupant les phrases et en intercalant des titres thématiques.



Le travail est une sécurité

Tout travail mérite salaire, ce salaire me permet de vivre les autres compartiments de ma vie mais également de faire des projets.

Je subviens ainsi à mes besoins.

L'apport du travail est d'abord économique.

Que m'apporte mon travail, il faut partir du contrat de travail : un salaire !

Le travail me permet de développer

des savoirs faire et des savoirs être que je réutilise ensuite pour améliorer mes relations et ma vie personnelle.

Le travail me permet d'être indépendant financièrement.

Il me permet de subvenir à mes besoins financiers ainsi qu'à ceux de ma famille.

Le travail est un élément fort dans ma vie, une source d'enrichissement personnel

Le travail est mobilisateur, source de satisfaction et d'épanouissement personnel.

Le travail apporte un sentiment d'utilité, de la reconnaissance, de la confiance.

Le travail est pour moi un cadre fabuleux où nous pouvons déployer nos talents relationnels et intellectuels.

Le travail me permet de développer des savoirs faire et des savoirs être que je réutilise ensuite pour améliorer mes relations et ma vie personnelle.

Un travail épanouissant est certes souvent passionnant et chronophage et nous prend beaucoup d'énergie. Mais en même temps qu'il nous procure de la satisfaction,

il nous donne confiance et énergie pour solidifier, construire et développer notre vie privée (famille, sorties, activités artistiques, activités caritatives...).

J'ai la chance de travailler dans un domaine qui me passionne et où j'ai la possibilité de développer mes compétences et mes connaissances. Cela m'apporte une grande satisfaction personnelle et me permet de me sentir accompli.

J'ai des périodes d'émerveillement aussi devant les talents, les réalisations, les organisations, la générosité qui s'exerce dans le travail.

Le travail, et notamment le travail en entreprise, me permet de réaliser des projets et atteindre des objectifs qui, par les progrès réalisés et les réussites, viennent enrichir mon expérience de vie ainsi que ma confiance en moi.

La satisfaction personnelle issue du travail (accomplissement de projets difficiles, promotion, création d'amitiés au travail) => fierté + confiance => épanouissement dans la vie de tous les jours => me rend plus ouvert (moins centré sur ma personne, mes difficultés, mes problèmes), plus disponible pour les autres et capable de partager mon expérience.

Le travail m'apporte un cadre d'apprentissage pour remplir les missions qui correspondent à mon poste mais me permettent aussi de sortir de ma zone de confort et d'apprendre, tant sur les aspects techniques que relationnels ou managériaux.

*J'ai des périodes
d'émerveillement
aussi devant
les talents, les
réalisations, les
organisations,
la générosité
qui s'exerce
dans le travail.*



Quand je suis bien dans mon travail, cela m'aide dans ma vie sociale et familiale

Lorsque je me sens épanoui dans mon travail, cela me donne une grande confiance en moi dans d'autres aspects de ma vie. Je suis plus à l'aise pour exprimer mes opinions, prendre des décisions et me lancer dans de nouveaux projets.

Une charge ou des horaires trop importants impactent trop mes projets, mes passions et mes relations personnelles, mais à l'inverse un travail avec moins de stimulation peut avoir un effet néfaste (perte de motivation, sentiment de peu d'impact).

Le choix du poste et de l'entreprise impacte l'image que j'ai de moi-même dans la vie sociale. Je vais me sentir valorisée par un poste avec un impact social fort sur la société.

Lorsque je réussis quelque chose de difficile, je suis joyeux et j'ai envie de partager cette joie.

Mon travail doit m'apporter aussi des ressources, un socle, une énergie pour ma vie privée.

J'ai remarqué que même si ma vie personnelle était épanouie, si je m'ennuie au travail, cela finit par peser sur le moral en général. Il est donc important pour moi d'œuvrer à la satisfaction de ma vie professionnelle.

Quand j'ai des satisfactions personnelles issues du travail (accomplissement de projets difficiles, promotion, création d'amitié au travail), cela me donne de la fierté, me met en confiance, cela concourt à mon épanouissement dans la vie de tous les jours et me rend plus ouvert, plus disponible pour les autres.

Une satisfaction ou une insatisfaction rejaillira sur le reste de ma vie intérieure, souvent de façon vive. Une satisfaction personnelle aura un impact positif avec un gain de confiance en moi...

Trouver l'équilibre entre vie professionnelle et vie sociale

Les limites à mettre dans mon travail sont nécessaires pour être bien dans ma vie. En revanche, c'est un fin équilibre à trouver : Une charge ou des horaires trop importants impactent trop mes projets, mes passions et mes relations personnelles, mais à l'inverse un travail avec moins de stimulation peut avoir un effet néfaste (perte de motivation, sentiment de peu d'impact).

Pour avoir une vie équilibrée, il est nécessaire d'avoir un travail intéressant mais il est dangereux que notre travail devienne le centre et le sens de notre vie car on vaut plus que ce qu'on produit.

En somme, pour moi, mettre des limites dans mon travail est essentiel pour me sentir mieux dans ma vie. Cela me permet de préserver un équilibre sain entre ma vie professionnelle et personnelle, de réduire le stress, d'améliorer mon efficacité et de respecter mes besoins personnels.

Mettre des limites dans mon travail, je pense que c'est nécessaire même si cela est parfois délicat. D'une part, car j'ai besoin d'un équilibre pour être efficace au travail et de nourrir mes différents besoins (sociaux/ familiaux/ sportifs/sommeil/...) mais également, poser des limites permet d'exprimer plus clairement ses besoins vis-à-vis des autres et de mettre sous contrôle les risques éventuels.

Je crois que l'être est un être de relation sociale et que l'épanouissement d'une vie passe par nos échanges avec leurs joies et leurs difficultés.

...

Chaque lecteur s'est sans doute reconnu plus fortement dans certaines phrases plutôt que dans d'autres et peut-être aussi que certaines expressions ont fait naître des questions dans l'esprit de l'un ou l'autre.

Ce partage d'expérience nous a ouvert à tous ces choix de vie souvent marqués en filigrane par ce mot qui nous imprègne si fort : « SERVIR » !

Merci à :

Alexis, Arnaud, Gabriel, Julie, Marc, Michel, Thami et Valérie.

Rappel : Job & C^{ie} est une association regroupant des accompagnants sous forme de binômes composés d'Anciens (et de non Anciens) au service du parcours professionnel d'accompagnés (Anciens et non Anciens).

Pour Job&C^{ie}
Philippe Japiot SG58-61
Bernard Roth SG67-69

