

Post-covid, ils se sont réinventés professionnellement ou personnellement

La covid et les périodes de confinement qu'elle a impliquées ont perturbé la routine du système économique, bloquant une activité ici (activités de loisirs, spectacles, convivialités, etc.), accélérant un processus là (numérisation, télétravail, achats en ligne...). Par les contraintes qu'elles ont imposées à nos habitudes, elles ont révélé les limites de notre fonctionnement mais aussi les valeurs auxquelles nous sommes attachés. Ce phénomène de mise en lumière s'est déroulé au niveau mondial, national, familial et individuel.

I – Du temps

Lorsqu'on fonce à toute allure en évitant des obstacles tout en répondant au téléphone, il est difficile de regarder autour de soi pour voir si d'autres chemins existent... La covid a stoppé ou ralenti la course quotidienne de nombreuses personnes habituées à jongler entre trajet, travail et famille. Certains ont ainsi retrouvé du temps pour l'introspection. Ils ont regardé leur vie, leur travail, leurs rêves. Parfois ils ont réalisé que la route qu'ils empruntaient n'était plus la bonne et qu'ils souhaitaient en changer. D'autres ont eu du temps pour expérimenter une autre façon de vivre, pour consacrer plus de temps à leur famille ou pour changer de rythme. Ce qu'ils ont testé pendant le confinement leur est apparu précieux, ils ne souhaitent pas revenir en arrière, au temps où ils courraient. Enfin, ce qui manque devient visible. Certains ont ainsi perçu plus intensément l'importance de la liberté, de la sociabilité, des loisirs ou de la santé. A l'issue de la crise, ils souhaitent mettre ces valeurs au centre d'un nouveau mode de vie. Quelle qu'ait pu être l'expérience vécue lors de la covid, beaucoup ne souhaitent pas revenir à la situation antérieure qui ne leur apparaît plus comme désirable.

II – Perceptions différentes dans la famille

Bien que la covid et les confinements aient concerné tous les français et se déploient dans une dimension collective, ils ont aussi constitué une épreuve pour la famille, le couple et de l'individu. Pendant la réclusion du confinement les modèles de vie et les attentes de chacun se sont heurtés à ceux des autres membres de la famille, sans l'échappatoire des temps hors du domicile (travail, école, courses...) et en l'absence d'échanges avec des tiers (hors maisonnée) susceptible de vider certains conflits de leur force ou de leur légitimité... Certaines frictions préexistantes ont pris de l'ampleur pouvant aller jusqu'à la rupture du couple. Parfois, c'est après l'épreuve que la rupture survient. En effet, chacun a ressenti des manques différents et a réorganisé ses valeurs en fonction de cette expérience. Ces nouvelles priorités ne sont plus forcément en phase avec celles du conjoint. D'autres couples au contraire sortent renforcés autour de valeurs communes et d'un nouveau projet de vie.

III – Télétravail

Dans la sphère professionnelle aussi, ce qui a manqué à un salarié n'est pas forcément ce qui a manqué à son collègue. Pendant le confinement le télétravail a fait massivement son apparition dans tous les secteurs où cela était possible. Le télétravail vient impacter trois aspects du travail.

- Le lieu du travail. La distinction entre lieu privé et lieu professionnel s'estompe
- Le temps du travail. Conséquence de la confusion des lieux, le télétravail offre de la souplesse horaire et fait disparaître les temps de trajet. Il crée un risque de surtravail, de déconnexion difficile. La transition entre temps pro et temps familiaux disparaît lorsque le « trajet retour » consiste à se rendre du bureau au salon, sans jamais sortir de la maison.

- Les interactions sociales et professionnelles sont réduites à celles fonctionnellement nécessaires. La sociabilité en entreprise apporte convivialité et intelligence collective de travail. Mais les relations interindividuelles en entreprise ce sont aussi des relations de dominations et de contrôle par la hiérarchie et au sein des équipes.

Selon le caractère de chacun et selon ce que lui apportait sa présence en entreprise, les salariés réclament ou redoutent le retour au bureau, souvent les deux à la fois. L'expérience du télétravail « à temps plein » leur a permis de ressentir des manques qui leur sont spécifiques. Et parfois, ces éléments apparaissent assez importants au salarié pour qu'il décide un changement professionnel qui en assurera la présence.

Il est possible de supporter longtemps une situation peu confortable et qui se dégrade progressivement, sans en prendre vraiment la mesure mais la covid et le confinement ont rendu possible cette prise de conscience. Certains, après un temps entre parenthèse pendant lequel ils ont fait l'expérience qu'une autre vie est possible ne peuvent pas accepter de replonger et tentent de se réinventer.

Nathalie Wienin / Psychologue