

Pour que votre travail ait du sens, changez votre regard

Le 26/08/2019

Chroniques d'experts

Carrière

par [John Coleman](#)



© GETTY IMAGES

Quelque soit votre profession, ces conseils vous aideront à trouver du sens au travail.

En 2007, [un formidable article du New York Times](#) a rendu compte du « défi des agents », alias « les Olympiades des eaux usées », une compétition dans laquelle les agents du service de traitement des eaux usées de New York rivalisent d'habilité et de maîtrise de leur métier, le plus souvent avec beaucoup de passion. Pour Emily Lloyd, commissaire du département de la protection de l'environnement de la ville, « le travail que ces hommes font est dur. Souvent déplaisant. Mais ils s'y investissent complètement. » Il est vrai qu'en lisant l'article, on ne peut que constater à quel point ils en tirent fierté et satisfaction. L'un d'entre eux, George Mossos, conscient de l'anonymat absolu dans lequel lui et ses collègues s'éreintent a ainsi déclaré : « être au service du public nous

suffit ».

Comment se fait-il que certaines personnes extraordinairement bien payées et travaillant dans des conditions très confortables ressentent un grand vide tandis que d'autres qui triment dans les égouts de New York se sentent comblées ? Tout ou presque est une question de sens. Comme je l'ai noté dans un [précédent article](#), pour la plupart des gens, le sens est quelque chose qui se construit plutôt qu'il ne se découvre. Travailler jour après jour en sachant pourquoi on le fait demande de la volonté et de la pratique. Après avoir observé amis et collègues pendant des années, certains trouvant un sens à leur travail et d'autres non, je vous invite à mettre en pratique les conseils suivants, et ce quelle que soit votre profession :

Associez votre travail à un service. Quand j'étais étudiant en master, j'ai entendu Bill George raconter la façon dont il mettait patients et employés également en avant à l'occasion de l'assemblée annuelle de Medtronic lorsqu'il en était le P-DG. Par exemple, il invitait une personne dont la vie avait été sauvée par un défibrillateur à témoigner devant les employés de l'entreprise du fait que leur travail lui avait ainsi permis d'échapper à la mort. Ou bien, citant un technicien du service du contrôle de la qualité, il montrait en quoi son implication et sa rigueur épargnaient des milliers de vies. Il créait ainsi un lien entre les employés et les individus qui leur étaient redevables. S'il est rarement question de vie ou de mort dans le monde professionnel, l'on y est cependant toujours au service d'autrui. Ainsi, chaque jour les enseignants œuvrent à modeler les jeunes esprits qui leur sont confiés et sont en mesure de juger de l'impact qu'ils ont sur eux. De même, les comptables peuvent mentalement lier leur travail à la mission générale de l'entreprise et tirer fierté des services qu'ils rendent à leurs clients. En définitive, c'est notre capacité à associer notre labeur quotidien – consciemment et concrètement – à ceux que l'on sert qui lui donne tout son sens.

Façonnez votre travail et mettez-y du savoir-faire. Amy Wrzesniewski, enseignante à Yale, a réalisé une étude approfondie auprès d'agents de

nettoyage hospitaliers pour comprendre ce qui permettait à certains d'entre eux d'exceller dans leur métier. Les résultats (rapportés par [David Zax](#)) sont fascinants. Wrzesniewski a mis à jour une pratique des employés les plus efficaces et les plus satisfaits de leur situation professionnelle qu'elle a dénommée le « [job crafting](#) » (que l'on peut traduire par « façonnage du travail »). Ces agents qui se voyaient avant tout au service des malades « transformaient les tâches qui leur avaient été assignées en un travail qu'ils avaient envie de faire, qui avait du sens et qu'ils jugeaient utile ». L'un réarrangeait la décoration des chambres des patients dans le coma afin de stimuler leur cerveau ; d'autres se renseignaient sur les produits de nettoyage pour choisir les moins irritants pour les malades. Tous cherchaient à servir les patients le mieux possible et adaptaient au besoin leur travail pour se donner les moyens de remplir leur mission. Wrzesniewski et son équipe ont même commencé à concevoir des [exercices](#) pour aider les gens à faire en sorte que leur travail soit fait tout ayant du sens pour eux. Autrement dit, le job crafting permet d'y injecter du savoir-faire et donne envie de s'appliquer à parfaire les compétences nécessaires à son accomplissement, comme le ferait un artisan. Et ainsi que le démontrent les employés du service des eaux usées de New York, chercher inlassablement à améliorer son savoir-faire rend le travail d'autant plus intéressant.

Investissez dans des relations positives. Nos collègues comptent tout autant que le travail que nous accomplissons. Le psychologue Martin Seligman (entre autres) a beaucoup écrit sur l'impact des relations sur le [bonheur](#) et la réalisation de soi (c'est même l'un des éléments clés de son modèle « [PERMA](#) » pour l'épanouissement personnel). Par ailleurs, la fameuse étude de la [Harvard Grant](#) a montré que non seulement le bonheur, mais aussi le succès financier sont liés à la chaleur des relations entretenues avec autrui, le concepteur en chef de cette étude concluant par ces mots : « Le bonheur, c'est l'amour. Point barre. »

Si les relations professionnelles diffèrent nécessairement (et c'est bien normal) des relations privées, elles n'en comptent pas moins. Nous serions tous bien inspirés de trouver davantage de moyens de

développer des relations positives au travail. Comme, par exemple, en aidant une nouvelle recrue ou un employé junior à renforcer sa position au sein de l'entreprise ou à mieux en comprendre les arcanes. Ou en organisant une rencontre ou une sortie avec nos collègues pour apprendre à mieux nous connaître. Ou encore en prenant le temps de réfléchir chaque jour à une personne différente pour essayer de bien la comprendre et apprécier la chance que nous avons de travailler avec elle. Quelle que soit votre approche, les efforts que vous consacrerez à améliorer les relations positives entre vous et vos collègues – ce qui conduit souvent à mieux les servir – contribueront à donner plus de sens à votre travail.

N'oubliez pas pourquoi vous travaillez. La plupart d'entre nous n'ont pas le loisir de ne travailler que pour le plaisir. On peut aimer ce que l'on fait, mais l'on a besoin de gagner de l'argent et de payer ses factures. Pour la plupart d'entre nous, travailler revient à rendre service. Les parents font tout ce qu'ils peuvent pour que leurs enfants soient promis à un bel avenir ; les adultes qui n'en n'ont pas aident souvent des parents âgés ou d'autres membres de leur famille. Ceux qui n'ont pas de famille dédient fréquemment une partie de leurs ressources à des organisations qu'ils aiment ou à des amis dans le besoin. Il est rare qu'un individu ne travaille que pour lui-même.

Pour qui travaillez-vous ? Identifiez cette personne ou ce groupe d'individus. Quand les temps sont difficiles ou que vous devez vous consacrer à des tâches peu gratifiantes, rappelez-vous que votre travail est un service que vous rendez à ceux qui comptent pour vous dans votre vie privée. Garder ceci à l'esprit contribuera à donner davantage de sens à votre travail, même quand vous accomplirez des corvées. Le sens n'est pas une chose magique. C'est quelque chose que l'on doit consciemment rechercher et créer. À condition d'avoir la bonne approche, on peut en trouver dans n'importe quel travail ou presque.