

Changer de vie permet-il d'en retrouver le sens ?



Apprendre à oser®

Mémoire présenté par le Groupe 1 dans le cadre du séminaire de rentrée Purposeful Leadership L3

Maxime AFRAZMANECH

Arthur BLUMENFELD

Stanislas LARGET-PIET

Luna VAUCHELLE

Encadré par Maître Bertrand PERIER

Remerciements

Nous tenons tout d'abord à remercier Maître Bertrand Périer, d'une part pour la bienveillance avec laquelle il a encadré ce mémoire et d'autre part pour ses précieux conseils ainsi que pour les rencontres qu'il nous a permis de faire. Nous voulons aussi remercier les organisateurs du séminaire de rentrée pour nous avoir donné la chance de réfléchir à la fin de l'été sur le sens et la responsabilité et de nous avoir permis d'assister à des conférences et témoignages très stimulants.

Ensuite, nous souhaitons remercier celles et ceux qui nous ont accordé de leur temps pour échanger avec nous lors de nos douze entretiens par zoom : Tanguy Vaz, Damien Zeller, Pamela Balandras et Leila Descamps, Olivier Gomez, Sylvaine Pascual, Véronique Perrone, Alexandra Lorin Guinard, Nathalie Gobin, Caroline Vigneaux, Cédric Meston, Adeline Fleury et Mayeul et Aude Coutansais. Malgré les circonstances qui nous ont empêchés de pouvoir échanger physiquement, toutes ces rencontres nous ont été très utiles, pour ce travail mais aussi personnellement et nous mesurons la chance d'avoir pu bénéficier d'autant de témoignages inspirants, ils nous ont grandement marqués et resteront dans notre mémoire. Nous espérons qu'ils auront plaisir à lire notre travail, autant que nous avons eu de joie à les écouter.

Table des matières

<i>Prologue</i>	<i>(page 4)</i>
<i>Démarche de recherche adoptée</i>	<i>(page 5)</i>
<i>Question de recherche</i>	<i>(page 5)</i>
<i>Hypothèse de recherche</i>	<i>(page 6)</i>
<i>Enquête envisagée</i>	<i>(page 6)</i>
<i>Entretiens réalisés</i>	<i>(page 6)</i>
<i>Sondages</i>	<i>(page 7)</i>
<i>Références théoriques</i>	<i>(page 8)</i>
<i>Ce qui ressort de l'enquête réalisée</i>	<i>(page 14)</i>
<i>L'élément déclencheur</i>	<i>(page 14)</i>
<i>La phase de reconversion</i>	<i>(page 28)</i>
<i>Le bilan, le regard rétrospectif sur ce changement</i>	<i>(page 35)</i>
<i>Conclusion</i>	<i>(page 46)</i>
<i>Retour sur la question de recherche, l'hypothèse de départ et les références théoriques</i>	<i>(page 46)</i>
<i>Perspectives, limites, interrogations et apports</i>	<i>(page 47)</i>
<i>Bibliographie</i>	<i>(page 49)</i>
<i>Annexes</i>	<i>(page 49)</i>

1. Prologue

Pour l'un d'entre nous, l'élément déclencheur fut une immersion effectuée dans un village allemand. L'expérience d'hommes et de femmes désireux de se réinventer – de changer de vie – pour retrouver du sens est ce qui initie notre réflexion sur la quête de sens.

Il y a deux ans, il s'est rendu à Sammatz, un petit village de Basse-Saxe où se trouvait une communauté très soudée qui cherchait à vivre en autarcie. Une cinquantaine d'Allemands natifs y vivaient à l'année, et accueillaient plus d'une cinquantaine de travailleurs bénévoles de tous âges, en provenance du monde entier. A peine arrivé, un garçon belge d'une vingtaine d'années, qui avait abandonné ses études de psychologie et voulait devenir cuisinier, lui dit : « On est tous là parce qu'on est perdus ». Très vite, il remarquait en effet que tous les travailleurs bénévoles de cette communauté, bien que de milieux sociaux, de cultures et d'origines très diverses, avaient un point commun : ils étaient en quête de sens. C'est par volonté de changer de vie qu'ils s'étaient rendus dans ce petit village, à l'écart du monde, pour travailler bénévolement et contribuer à un projet de vie commune, de manière désintéressée.

Sammatz était un lieu assez idyllique, hors du temps, propice à une introspection pour se ressourcer et se reconnecter à des valeurs. Néanmoins, au fur et à mesure des rencontres, il s'est vite rendu compte à quel point ce changement de vie, cette rupture totale, n'avait pas permis à ces personnes de se retrouver, mais au contraire les avait encore plus déboussolées. Quitter leur vie précédente ne semblait pas les avoir aidées dans leur quête de sens. La comparaison avec les Allemands locaux était alors frappante. Emmanuel, un jeune allemand qui dirigeait le chantier d'une maison en construction, avait vécu toute sa vie dans ce village, et avait arrêté l'école très tôt pour se consacrer pleinement à sa communauté. Il compte parmi les personnes les plus épanouies qu'il lui a été donné de rencontrer : il avait trouvé le sens de sa vie dans son village natal, sans passer par un changement de vie brutal et douloureux.

Pourtant, les exemples de personnes qui, grâce à un changement de vie, ont pu redonner du sens à leur existence, ne manquent pas. C'est la raison pour laquelle il nous a semblé judicieux de nous intéresser à la question de la pertinence d'un changement de vie au regard d'une quête de sens. Le changement de vie est-il l'assurance d'un sens retrouvé ? Une condition nécessaire, suffisante ?

Au contraire, changer de vie ne serait-il pas l'illusion d'une quête de sens que l'on ne pourrait conduire qu'en soi, sans changement d'existence ?

2. Démarche de recherche adoptée

2.1. Question de recherche

La question qui nous est alors apparue est la suivante :

Changer de vie permet-il d'en trouver le sens ?

Par exemple, la conférence de Pierre de Villiers que nous avons pu suivre le jeudi 3 septembre 2020 nous donnait une autre réponse ; le sens se construit en soi - et ce d'autant plus quand nous avons des responsabilités - et se vit avec les autres. Il ne s'agirait alors pas tant d'un ingrédient miracle que nous découvrons par hasard lors de notre vie, que d'un cheminement personnel. Le sens serait alors à trouver en soi, qu'importe les situations.

Pourtant, force est de constater que les exemples de parcours heurtés, de reconversions, de remise en question et de réorientation, abondent. Ils sont autant de preuves que le sens n'est pas donné. Encore moins facile à trouver. Il est l'objet d'une quête individuelle dont les manifestations s'expriment avec toujours plus d'acuité aujourd'hui, et surtout dans un contexte post-crise sanitaire : livres de coaching ou sociétés de conseils miracles par exemple. Ces changements de vie plus ou moins brutaux font penser que tout est possible : passer de trader à boucher-charcutier, de patineur sur glace à trader, d'avocate à humoriste ou de délinquant à avocat. Ces exemples extraordinaires peuvent toutefois occulter le fait que la réalité ne se plie pas aussi aisément à nos désirs.

Face à ces extrêmes, en considérant ceux qui, dès le début de leur carrière ou de leur vie, trouvent du sens et ceux qui ne le découvrent qu'après une crise de la quarantaine douloureuse, nous avons souhaité rencontrer ces différents profils. Nous l'avons fait avec le souci de cerner les étapes de cette quête de sens.

Aborder un tel sujet, traité maintes et maintes fois par des sociologues, psychologues, thérapeutes et autres spécialistes requiert de s'accorder sur une définition du sens sur laquelle chacun puisse s'entendre. La définition qu'en donne le Larousse est la suivante : la raison d'être, la valeur, la finalité de quelque chose, ce qui le justifie et l'explique. Ce dictionnaire emploie pour l'illustrer l'expression de "donner du sens à son existence", expression que l'on adaptera ici par donner du sens à sa vie. Le Littré détaille vingt-deux définitions de "sens" tant le mot recouvre des aspects différents. On retiendra la définition du sens comme d'une direction, une orientation puisqu'elle a pour vertu de proposer une acception large du sens comme ce qui oriente l'action et l'unifie, la rend cohérente, un peu comme le cap maintenu à bord d'un navire.

2.2. *Hypothèse de départ*

L'hypothèse de départ que nous chercherons à vérifier est la suivante :

Changer de vie contribue à la quête de sens, sans en être une condition nécessaire.

Faire le grand saut et changer de vie ne garantit pas nécessairement de (re)donner du sens à sa vie. Toutefois, ce bouleversement favorise une véritable remise en question de ses priorités, de ses valeurs et donc du sens que l'on veut donner à sa vie. Un tel changement est l'occasion pour certains de renouer avec leurs rêves d'enfance occultés par la vie professionnelle, pour d'autres c'est un pas vers l'inconnu dans le seul espoir de conférer un sens à leur vie. Un changement de vie n'est donc pas la condition nécessaire pour trouver le sens de sa vie mais il peut grandement y contribuer, que ce soit un changement radical et absolu avec une remise en question de ses propres valeurs ou bien un changement professionnel pour se retrouver dans une entreprise en adéquation avec ses valeurs. Finalement, le changement de vie peut aussi être l'aboutissement de la recherche de sens, la dernière étape d'un processus intellectuel voire spirituel de découverte de soi. Franchir le pas suppose de sortir de sa zone de confort, c'est un véritable défi qui requiert du courage et de l'audace mais c'est une étape significative dans le cheminement personnel de quête de sens.

2.3. *Enquête envisagée*

2.3.1. *Entretiens*

Conscients qu'un tel sujet impliquait de rencontrer des personnes aux parcours différents et originaux, nous avons décidé de multiplier les témoignages et de partir à la rencontre de celles et ceux qui ont connu un changement de vie, plus ou moins brutal, et de les interroger sur leur expérience. Les circonstances actuelles nous ont empêchés de faire une observation, notamment celle prévue avec Le Rocher. Pour y pallier, nous avons réalisé douze entretiens par peur de traiter d'un sujet dont nous ne mesurerions pas l'ampleur. Chacun à leur manière, ces douze témoignages nous ont influencé, nous ont marqués. Voici les onze entretiens que nous avons réalisé :

- ◆ **Tanguy Vaz**, professeur à Espérance Banlieue
- ◆ **Damien Zeller**, boucher et chef d'entreprise
- ◆ **Pamela Balandras et Leila Descamps**, respectivement responsable et chargée de mission au mécénat de compétences chez AXA

- ◆ **Olivier Gomez**, professeur agrégé d'histoire en classe préparatoire à IPESUP et dans l'enseignement secondaire
- ◆ **Sylvaine Pascual**, coach spécialiste du plaisir du travail
- ◆ **Véronique Perrone**, dirigeante d'un gîte et assistante de direction chez Provence Jardins
- ◆ **Alexandra Lorin-Guinard**, directrice d'hôtel
- ◆ **Nathalie Gobin**, co-fondatrice de Next Level, professeur de yoga
- ◆ **Caroline Vigneaux**, humoriste
- ◆ **Cédric Meston**, fondateur de Nos Nouveaux Fermiers
- ◆ **Adeline Fleury**, écrivaine
- ◆ **Aude et Mayeul Coutansais**, responsables d'antenne Le Rocher à Bondy

2.3.2. Sondage

Notre sondage sur internet – sous la forme d'un *Google Form* diffusé sur les réseaux sociaux et à nos proches – a récolté plus de 160 réponses. Nous l'avons réalisé dans le souci d'asseoir notre mémoire sur des résultats statistiques afin d'appuyer nos arguments, même si nous mesurons que cela n'est en rien une preuve ou une démonstration à part entière, seulement un apport supplémentaire pour tenter d'éclairer ce qui relève souvent de la subjectivité. Nous avons reçu la réponse de près de 70 femmes et de plus de 80 hommes. La majorité des sondés avait entre 40 et 67 ans (à 59%), les 25-40 ans représentent 23% des interrogés et le reste les personnes à la retraite. Enfin, 85% d'entre eux avaient un emploi, tandis que 15% étaient sans emploi. Après une série de 3 questions générales, autres que sur le sexe, l'âge ou l'occupation d'un emploi, nous avons divisé notre sondage en quatre parties :

- ◆ La première est destinée aux actifs qui ont répondu qu'ils avaient déjà effectué une reconversion.
- ◆ La seconde est destinée aux actifs qui n'ont pas, à ce stade, effectué de reconversion.
- ◆ La troisième est destinée aux retraités qui ont effectué une ou plusieurs reconversions.
- ◆ La quatrième et dernière partie est à destination des retraités qui n'ont jamais effectué de reconversion.

Nous avons décidé de scinder ce questionnaire en quatre, relativement aux réponses des sondés, de manière à ne pas poser de questions inutiles à ceux qui ne seraient pas concernés (par la phase de doute lors de la reconversion par exemple). Enfin, il nous semblait intéressant de distinguer les personnes encore actives des

personnes à la retraite, de manière à bénéficier du recul de ces dernières. Comme nous avons posé vingt-cinq questions, présenter autant de graphiques à la suite nous paraissait quelque peu indigeste. C'est pourquoi nous avons préféré les répartir dans nos différents développements afin de mieux les expliquer et en tirer la meilleure analyse.

2.3.3. Nos références théoriques

Avant de chercher des contacts et de débiter nos premiers entretiens, nous avons choisi pour amorcer l'enquête d'analyser des œuvres littéraires ou filmographiques qui nous parlaient, mais aussi des articles de fond, afin de cerner l'ampleur de notre thème et de pouvoir l'illustrer sous différents angles. Nous avons décidé d'étudier plus particulièrement ici l'ouvrage de David Graeber intitulé *Bullshit Jobs*¹, le film *Forrest Gump*² et le film *L'Ange Bleu*³ ainsi que l'article universitaire « La reconversion professionnelle volontaire : d'une bifurcation professionnelle à une bifurcation biographique » publié dans les Cahiers internationaux de sociologie et écrit par Catherine Negroni. Voici nos notes prises sur ces œuvres et sur cet article. Nous nous en sommes servis pour établir le plan de la troisième partie de ce mémoire intitulée « ce qui ressort de l'enquête ».

2.3.3.1. David Graeber, *Bullshit jobs* (2018)

Dans cet ouvrage, David Graeber dénonce la multiplication des « jobs à la con » dans le système capitaliste contemporain. Selon l'auteur, de plus en plus de personnes exercent ces bullshit jobs qui sont inutiles à la société et au système capitaliste car la plupart du temps contre-productifs. En effet, ces jobs ont proliféré au cours des dernières décennies, notamment dans le secteur de la finance et des assurances. L'anthropologue et économiste britannique fonde sa définition des jobs à la con sur le sentiment même d'inutilité de celui qui exerce un métier qui n'a aucune valeur sociale et n'apporte aucun enrichissement personnel. Paradoxalement, Graeber remarque qu'il est difficile de reconnaître que l'on exerce un métier à la con car on a tendance à surévaluer l'importance de notre travail afin même de le rendre plus supportable. D'où il résulte un aveuglement inconscient qui rend difficile l'étude voire l'éradication de ce phénomène.

Pour l'auteur, il y a cinq types de jobs à la con, à ne pas confondre avec « les jobs de merde », à savoir ceux qui sont peu reconnus socialement, peu gratifiants mais qui ont bel et bien un intérêt pour la société (éboueur,

¹ David Graeber, *Bullshit Jobs*, 2018

² *Forrest Gump*, Robert Zemeckis (1994)

³ *L'Ange bleu*, Josef von Sternberg (1930)

caissier...). Larbins, porte-flingues, rafistoleurs, cocheurs de case ou encore petits chefs, voilà autant de métiers à la con qui sont apparus pour remplir des quotas, réduire le chômage et la pauvreté en offrant l'illusion de travailler ou encore imiter l'entreprise concurrente. Même si Graeber lui-même reconnaît que cette typologie est assez réductrice car de nombreux emplois sont à la croisée de plusieurs types, elle a l'avantage de représenter globalement le profil de ces bullshit jobs.

L'auteur s'attarde dans le livre sur les conséquences de ces emplois sur les travailleurs. Selon lui en effet, exercer un job à la con permet certes de gagner un salaire et donc d'être autonome financièrement, mais cela entraîne une baisse de moral, un fort sentiment d'inutilité qui impacte grandement la santé et le bien-être des employés. Ces métiers sont si inutiles et peu productifs que l'auteur affirme qu'ils ne nécessitent pas le temps pour lequel l'employé est payé et que, par conséquent, l'employé peut se permettre de procrastiner pendant des heures, tout en restant vigilant à ne pas se faire remarquer car, et c'est là l'hypocrisie du système, ils doivent donner l'illusion de travailler sans relâche. Ceci conduit donc à des dépressions, des burn-outs et autres maladies liées à l'anxiété professionnelle. La solution pour sortir de ce cercle vicieux serait donc d'oser quitter son travail pour en exercer un qui donne du sens à notre vie, qui contribue positivement au bien commun et à la société mais pour cela, il faut souvent accepter de renoncer à une partie de son salaire car malgré tout, ces jobs à la con sont généralement bien payés, contrairement à des métiers plus riches en sens.

Graeber en vient donc à analyser les origines d'un tel phénomène. Pour lui, la prolifération des jobs à la con est le signe même que le système capitaliste n'est pas le seul système économique et qu'au contraire, un autre système qu'il compare au système féodal cohabite avec le capitalisme. En effet, comment expliquer par le capitalisme qui recherche la rentabilité maximale, l'existence d'emplois complètement inutiles ? Premièrement, l'auteur justifie l'essor des bullshit jobs par les mutations du secteur financier depuis les années 1970. Ensuite, il expose sa théorie de la féodalité managériale, selon laquelle la classe dirigeante recourt à des managers intermédiaires dans l'unique objectif de gonfler les organigrammes hiérarchiques. Enfin, la cause principale reste pour Graeber l'idéologie dominante de la valeur du travail. Le travail étant reconnu comme une vertu, les individus sont incités à travailler sans relâche, quitte à exercer des emplois totalement inutiles. L'auteur propose donc une critique marxiste de la valeur du travail, qui serait seul créateur de richesse, dans la mesure où cette croyance rend inaudible toute critique du travail.

Pour conclure son ouvrage, Graeber propose une solution pour en finir avec les bullshit jobs : le revenu de base universel. Selon lui, cela permettrait non seulement de dissocier salaire et travail pour récompenser à juste valeur ceux dont le travail est réellement utile pour la société, c'est-à-dire les métiers du secteur de l'aide (« care ») : enseignants, aides-soignants etc. mais dont le rendement est difficile à évaluer car ils ne « produisent » rien à proprement parler, et cela donnerait la chance à ceux qui exercent des jobs à la con de quitter leur travail car ils auraient une sécurité financière.

2.3.3.2. Forrest Gump, Robert Zemeckis (1994)

La vie de Forrest Gump, un homme aux capacités intellectuelles inférieures à la moyenne, élevé dans l'Alabama dans les années 1960, est marquée par des changements incessants. Joueur de football américain en herbe à l'université, il participe à la guerre du Vietnam, à l'issue de laquelle il devient pongiste professionnel, puis lance un commerce de crevettes. Il fait finalement fortune grâce à des investissements chez Apple Computers, puis s'embarque dans un marathon sans fin à travers les Etats-Unis suite au refus de Jenny de l'épouser. Ils se marient finalement et élèvent ensemble leur enfant dans le village natal de Forrest, dans l'Alabama, où Jenny meurt d'un virus inconnu.

Remarquons d'abord que Forrest ne change pas de vie délibérément. Il se laisse plutôt guider par les aléas de l'existence. Ce n'est pas par calcul ou dessein qu'il devient soldat ou pongiste ; ce sont les rencontres qu'il fait et les opportunités qui s'offrent à lui qui déterminent son devenir. Néanmoins, bien qu'il se laisse porter par les hasards de la vie, il semble avoir le don de trouver un sens dans chaque épisode de sa vie. Forrest est a priori exclu du monde du fait de ses déficiences intellectuelles, mais celles-ci s'avèrent presque être un atout pour trouver du sens, car il ignore les complications et les hypocrisies du monde. Il trouve du sens dans ses relations interpersonnelles, dans lesquelles il fait preuve d'une grande loyauté. Il donne du sens à son engagement au Vietnam en sauvant ses compagnons d'arme. De retour aux États-Unis, il s'engage dans le commerce de crevettes, pour honorer l'engagement qu'il avait pris auprès de son ami Benjamin, décédé au combat. Il aide par la même occasion le lieutenant Dan à retrouver la joie de vivre après l'avoir sauvé contre son gré. Plus tard, il exprime son amour inconditionnel pour Jenny en courant à travers le pays sans relâche, et s'attache à la protéger des dangers auxquels elle s'expose dans sa vie de hippie. Comme il le dit à Jenny, "I may not be a smart man but I know what love is", et il agit en toute circonstance selon cette valeur fondamentale qu'est l'amour.

Où qu'il aille, Forrest trouve du sens dans ce qu'il fait par un engagement sans borne, une obéissance presque aveugle aux règles, comme celle dont il fait preuve dans l'armée, et qui est représentée par le motif de la course. Sa foulée est assurée, dépourvue de toute hésitation. Forrest raconte ainsi son marathon à travers le pays : "That day, for no particular reason, I decided to go for a little run. So I ran to the end of the road. And when I got there, I thought maybe I'd run to the end of town. And when I got there, I thought maybe I'd just run across Greenbow County. And I figured, since I run this far, maybe I'd just run across the great state of Alabama. And that's what I did. I ran clear across Alabama. For no particular reason I just kept on going. I ran clear to the ocean. And when I got there, I figured, since I'd gone this far, I might as well turn around, just keep on going. When I got to another ocean, I figured, since I'd gone this far, I might as well just turn back, keep right on going". Ainsi, la question du

sens ne se pose même pas pour Forrest. Il semble incapable de ne pas être authentique, il est incapable de mentir ou de se voiler la face, et c'est cette authenticité qui lui permet une clairvoyance quant à sa raison d'être. Forrest change certes plusieurs fois de vie, mais il demeure lui-même en toute circonstance et fait ainsi preuve d'une grande unité de son être.

La grande qualité de Forrest qui lui permet de réussir ses changements de vie est sa confiance en lui. Sa mère lui a inculqué cette valeur de confiance en soi, en lui répétant qu'il n'est pas anormal : "Remember what I told you, Forrest. You're the same as everybody else. Do you hear what I said, Forrest. You're the same as everybody else. You are no different."

Les multiples changements de vie de Forrest lui permettent-ils d'en trouver le sens ? Rien n'est moins sûr. À la fin du film, Forrest est de retour à son point de départ : chez lui, dans l'Alabama, en compagnie de Jenny, son amour d'enfance, et de leur fils, Forrest Jr. Forrest savait dès le début que sa place était là, en compagnie de sa famille, et il ne lui était pas indispensable de parcourir le monde et de multiplier les épreuves pour trouver sa finalité. Le cas de Jenny est diamétralement opposé à celui de Forrest. Jenny trouve en définitive le sens dans son mariage avec Forrest, mais il lui a fallu d'abord se chercher, mener une vie de hippie, et errer sans but. Ses changements de vie lui ont vraisemblablement permis de se rendre compte que ce qu'elle cherchait l'attendait dans son village natal d'Alabama.

2.3.3.3.L'Ange bleu, Josef von Sternberg

Emmanuel Rat, protagoniste de *L'Ange bleu*, film de Josef Von Sternberg diffusé en 1930, incarne la radicalité du changement de vie ; professeur respectable d'un lycée dans l'Allemagne de l'entre-deux-guerres, il tombe fou amoureux de la comédienne Lola-Lola (jouée par Marlène Dietrich) lors d'une représentation théâtrale et la demande rapidement en mariage avant de partir avec elle sur les routes. Sa déchéance est vécue personnellement comme l'accomplissement d'un rêve d'enfant. Il vit parmi les comédiens, incarnant lui-même à certains moments un clown. La simplicité, voire la rudesse de cette nouvelle vie, tranche certes avec son ancienne profession ; mais il découvre aussi une joie non dissimulée et une réelle authenticité même s'il est vite renié par une société sévère et conservatrice.

Cet exemple dévoile deux choses qui nous semblent essentielles : le sens d'une vie peut faire l'objet d'une révélation et peut imposer des sacrifices et des renoncements assez radicaux. Cette révélation prend ici un caractère amoureux, un coup de foudre. Mais ce coup de foudre incarne ce que nombre d'individus qui ont changé de vie ont à un moment vécu lorsqu'ils ont voulu se réorienter. C'est en quelque sorte une métaphore de ce

moment de déclic où un individu décide de mettre fin à une profession, à un style de vie. Comme pour le coup de foudre amoureux, ce déclic, cette révélation si l'on peut dire, provoque un changement profond, une reconversion au sens étymologique du mot. C'est-à-dire un mouvement qui fait se retourner vers. Le sens d'une vie ne se trouve donc pas toujours par lui-même. Disons plutôt que ce que certains ont appelé la sérénité, et que l'on pourrait traduire par le hasard, la fortune, joue un rôle non négligeable. La deuxième chose est que cette vie nouvelle, à laquelle on accorde plus de sens, se révèle plus riche, mais exige des sacrifices : renoncer à un ancien niveau de vie, refuser certaines habitudes, accepter de voir certains vous tourner le dos. Ce sont à la fois les marqueurs d'une nouvelle orientation et la révélation que plus rien n'est comme avant.

En somme, ce film nous aide à percevoir les implications d'un changement de vie, ici radical. Et ces implications peuvent être tragiques ; le professeur décide de mettre fin à ses jours, exaspéré par les moqueries (il est, entre autres, cocu) et fatigué d'une vie qui l'a quelque peu déboussolé. Alors une question se pose : y va-t-il des changements de vie trop tardifs ? Quand on est trop ancré dans l'habitude, la routine, il semble en effet douloureux de pouvoir se détacher d'une vie confortable dans laquelle on a creusé son sillon. Le changement de vie exige de fait une certaine flexibilité, et peut-être aussi une capacité à se détacher de ses points d'ancrage, à larguer les amarres pour parler en termes marin. Mais cette image du bateau qui lève l'ancre est assez parlante : elle évoque cet abandon total à une quête dont on perçoit l'objectif, la finalité, mais dont on imagine difficilement le tracé.

2.3.3.4. « La reconversion professionnelle volontaire : d'une bifurcation professionnelle à une bifurcation biographique », Cahiers internationaux de sociologie, Catherine Negroni

Cet article s'intéresse aux différentes raisons qui peuvent pousser un individu à effectuer un changement de vie professionnelle. Il en ressort que la quête de sens n'est pas exclusive à ces reconversions et que les aléas jouent un rôle déterminant dans la prise de décision d'un tel changement.

Tout d'abord, il est nécessaire de s'entendre sur ce qu'un changement de vie professionnelle est. Il s'agit d'un changement d'activité ou de secteur qui se manifeste par une coupure nette avec l'emploi précédent et la volonté de rompre avec un état antérieur source de stabilité. Les causes de ces bifurcations sont nombreuses et imbriquées entre elles. Une multitude de « petites causes » provoque un déséquilibre de l'ordre établi et cohérent qui va conduire à un changement, une crise, une rupture. La quête de sens, si elle peut être sous-jacente, n'est cependant qu'un facteur parmi d'autres. Les événements qui jouent dans cette prise de décision sont toutefois interprétés à posteriori par les individus comme faisant partie intégrante de leur parcours de la quête de sens.

Parmi les événements déclencheurs, autrui joue un rôle déterminant. En effet, la vie familiale et affective influe fortement sur la vie professionnelle. Par exemple, les divorces sont souvent accompagnés de reconversions professionnelles car le divorce constitue en lui-même une phase de déséquilibre qui laisse le champ libre à un changement de situation professionnelle. Si ce changement n'est pas guidé par la quête de sens à première vue, il témoigne d'un état d'insatisfaction donc d'un manque de sens qui se maintenait via l'équilibre familial et qui s'exprime un fois l'état de déséquilibre atteint. Il en va de même pour les rencontres amoureuses voire même banales qui jouent le rôle d'élément déclencheur. Par exemple, la connaissance de « passeurs », c'est-à-dire de personnes exerçant dans le domaine que l'individu veut intégrer et qui peuvent aider ce dernier à s'y insérer, influence fortement la décision de l'individu.

Si la démarche de l'individu est guidée par la quête de sens, il n'en reste pas moins que son environnement et ses proches peuvent freiner ou au contraire accélérer sa prise de décision. La bifurcation professionnelle est plus aisée avec l'adhésion de la famille et des connaissances proches qui fournissent alors un soutien moral nécessaire à la période de déséquilibre que traverse l'individu. À l'inverse, une désapprobation des proches freine le processus voire l'arrête car elle tend à accentuer et à légitimer les doutes que l'individu a sur sa situation future et le pousse à se contenter de sa situation. Toutefois, un avis défavorable de la part de ses proches peut au contraire encourager l'individu dans sa bifurcation, elle s'apparente alors un défi. Ainsi, si la quête de sens détermine l'individu à agir, elle n'est pas exclusive dans la décision de ce dernier et peut être même reléguée au second rang si elle s'oppose trop à son environnement.

Le changement de vie n'est donc pas une décision soudaine et seulement guidée par la recherche de sens mais s'inscrit dans un temps relativement long. Si la quête de sens joue un rôle déterminant, elle est contrainte par la situation familiale et affective de l'individu et les aléas que ce dernier peut interpréter comme faisant partie de son parcours.

3. Ce qui ressort de l'enquête réalisée

L'enquête que nous avons réalisée pour tester notre hypothèse de départ s'est composée de douze entretiens ainsi que d'un sondage sur le changement de vie pour lequel nous avons interrogé plus de 160 personnes. Notre enquête nous a permis de rencontrer des personnes de tous les horizons avec des parcours très divers et souvent atypiques. Chacun de ces témoignages a nourri notre réflexion mais nous a surtout fait prendre conscience de l'infinité des possibilités et des parcours qui s'offrent à nous. Le point essentiel qui ressort dans presque tous les cas est le fait qu'aucun des éléments que l'on pourrait considérer a priori comme un obstacle (regard des autres, approbation de la famille, motif économique, expérience accumulée ...) n'en est en réalité un et qu'un changement de vie doit être assumé et vécu avec conviction et motivation. Nous avons choisi de partager cette partie en trois temps, qui retracent le mouvement de cette phase de changement, des balbutiements des premiers désirs de changer quelque chose (ou tout) dans sa vie, au bilan que l'on peut établir, en passant par la phase de transition.

3.1. L'élément déclencheur

Il est ce par quoi commence le questionnement sur le sens pour ceux qui ne l'avaient pas trouvé avant. Il se manifeste plus ou moins fortement, plus ou moins subrepticement mais invite toujours à une forme de "subversion" au sens étymologique du mot, c'est-à-dire de changement profond. Il agit comme une séduction, il conduit hors de, il invite à prendre un autre chemin sans pour autant éviter les détours, les complications et les difficultés.

3.1.1. Il tranche avec une vie où l'individu ne trouvait plus sa place

L'expression « élément déclencheur » est certes quelque peu floue, mais elle a pour principal intérêt d'opposer deux phases, deux périodes. Il s'agit véritablement du moment, de l'épisode à partir duquel un individu, qu'importe son âge ou sa carrière, fait l'expérience d'un renversement en soi, d'une prise de conscience, et ceci suite à ce que l'on pourrait plutôt appeler un déclic. Ce déclic – à l'image du chien d'un fusil - produit une forme de détonation, un réveil. Mais ceci suppose qu'en amont, il existe chez cet individu une disposition à changer, un terreau capable d'accueillir une semence qui fasse germer en lui un renouveau. Ce terreau, cette disposition, semble procéder au préalable de la croissance de sentiments déstabilisateurs, qui font prendre conscience que

cette vie, celle que mène l'individu, n'est pas celle qu'il devrait mener, ou du moins que ce n'est pas celle qu'il se devrait de mener.

Un premier sentiment pourrait être celui de l'inutilité : sentir en soi, et ce de manière plus ou moins douloureuse que "l'on ne sert à rien", ou plutôt, de manière moins excessive, que ce que l'on fait n'a pas d'impact positif sur la société. Ceci suppose aussi d'avoir conscience de tout ce qu'il y a à faire pour améliorer notre société ou notre économie. Lié à ce sentiment, mais peut-être de manière moins violente, il semble que le sentiment d'égarement prépare aussi l'avènement d'un changement. Ce sentiment suppose un regard rétrospectif de la part de l'individu sur sa vie et sa carrière, et ce à l'aune de ses aspirations et ses rêves de jeunesse qu'il s'était toujours promis de respecter et de suivre. Ce regard peut conduire au réveil en soi de l'exigence de renouer avec ces désirs de jeunesse ; c'est un impératif de réorientation. Enfin, cela peut aussi provenir d'un désaccord entre ce que l'individu rêve d'être – ou a toujours rêvé d'être - et ce qu'il est vraiment. Le sentiment qui émerge alors est coupable, coupable car conscient d'avoir mésestimé ses forces et ses capacités d'atteindre ses rêves. Coupable aussi car l'individu sent qu'avec ce qu'il est, avec ses dons, ses rêves et ses aspirations, il pourrait faire de plus grandes choses mais qu'il n'a pas eu, jusqu'alors, la force d'écouter en soi ce qu'il désirait, et ce peut-être par lâcheté.

Ce sont ces trois sentiments que nous nous proposons d'étudier de manière plus approfondie, et ce de manière à présenter comment viendra résonner l'élément déclencheur.

3.1.1.1. *Un sentiment d'inutilité*

Ce sentiment semble être devenu un poncif de la littérature sociologique de notre temps. Il désigne la prise de conscience de ne servir à rien, ou du moins de ne pas servir là où l'on se devrait d'agir. Il procède souvent du sentiment de « servir pour » sans « servir à » quelque chose ; en somme de ne pas « être pour » pour reprendre l'un des piliers du séminaire de rentrée « Purposeful Leadership » d'HEC.

Les ouvrages abondent sur ce nouveau « mal du siècle » - mais est-il réellement nouveau ? – et sur cette prétendue nouvelle gangrène sociale qui séparerait sur le plan économique ceux qui participent du processus de mondialisation et bénéficient de ce capitalisme globalisé, et les autres, aux périphéries, qui n'en bénéficieraient pas et en subiraient les méfaits. Sur le plan social, il s'agirait de séparer ceux qui réussissent à « se sentir utile » dans leur vie – parfois au prix d'une entreprise de rachat égocentré – et ceux qui participent de cette « masse inutile ». L'homme inutile, pour reprendre le titre de l'ouvrage de l'économiste Pierre-Noël Giraud⁴, participe à

⁴Pierre-Noël Giraud, *L'Homme inutile, du bon usage de l'économie*, 2015

la vie économique mais ne peut percevoir son “impact“ réel, que ce soit au sein de son entreprise, ou plus largement au sein du processus productif. Pour l’auteur, ceci semble procéder du découpage excessif – du découplage multiple - de ce processus de production en de multiples unités, en de multiples maillons étanches les uns aux autres, bien que liés malgré eux et qui participent tous à quelque chose qui les dépasse. Mais se sentir utile ne procède pas seulement de la conscience de participer à quelque chose, il s’agit aussi d’en obtenir de la reconnaissance, une certaine gratitude pour une action qui a des répercussions positives sur l’entreprise, une communauté ou la société.

Ceux que nous avons rencontrés appartiennent plutôt à cette catégorie d’individus – mais peut-on parler de catégorie à la vue de l’étendue de ce sentiment ? – qui ont conscience de ce qu’il faudrait faire pour améliorer notre société, notre économie, mais ne le font pas – soit parce qu’ils ne s’en sentent pas capables, soit parce qu’ils ne voient pas comment ils pourraient changer quoi que ce soit. Cela suppose déjà d’être en mesure de comprendre comment une action est utile ou non. Étymologiquement, utile désigne ce qui sert à quelque chose. Cela s’oppose donc à ce qui est vain, c’est-à-dire ce qui n’a pas de répercussion sur autre chose. C’est en somme ce qui a du sens pour. Une action utile serait donc une action qui a un impact positif, ce qui contribue à un changement positif.

Notre rencontre avec Cédric Meston, le fondateur de l’entreprise Nos Nouveaux fermiers nous a permis de nous rendre compte que c’est ce sentiment d’inutilité – ici face à l’impératif de changement en réaction au changement climatique – qui agit comme le moteur d’un changement en soi. Ce sentiment, après avoir instauré un malaise, une forme de déception ou de culpabilité, fait naître – dans le meilleur des cas - un questionnement : comment pourrais-je être utile ? Comment pourrais-je, à mon échelle, contribuer à un changement ? Sentir que mon action a des conséquences positives sur la société ? Dans le cas de Cédric Meston, ancien employé chez McKinsey, il s’agissait de contribuer à un changement dans nos habitudes de consommation, plus précisément dans notre consommation de viande en proposant des plats à base de viande végétale. Ce besoin d’être utile l’habite – et cela s’est ressenti dans l’entretien – et le pousse à poursuivre dans cette innovation qui connaît aujourd’hui un grand succès.

Notre échange avec Tanguy Vaz, ancien élève d’HEC, nous a confortés dans la conviction que le désir d’être utile, de servir à quelque chose et non pas pour quelque chose, guide un changement de vie. Après deux ans chez JP Morgan, il a décidé de devenir professeur des écoles dans un établissement Espérance Banlieue – association scolaire qui regroupe un certain nombre de collèges et lycées dans des banlieues défavorisées. Ce désir, voire même ce besoin d’être utile le poussait à dire : « Toute mon attention n’était captée que par mon travail : ma semaine entière était happée par un métier certes stimulant mais pas très intéressant. Et j’insiste bien dessus car sans le garder en tête on finit par faire un métier que n’importe qui d’autre peut faire et, finalement, on contribue à quelque chose qui ne gardera pas notre trace, notre empreinte. Et c’est ce qui manquait ». Ce manque,

littéralement entaille, faille, ne peut être comblé que par un changement de vie qui procède d'une quête de sens, de la recherche d'utilité.

Ainsi, le sentiment d'inutilité, parfois violent et douloureux, provoque l'envie, le désir de changer de cap pour ne plus connaître ce malaise et pouvoir sentir que l'on sert à quelque chose. Il ne suffit que d'un élément déclencheur, d'une rencontre, mais souvent aussi d'une opportunité professionnelle pour que l'acte suive l'envie. Notons aussi que ce sentiment peut suffire en lui-même à faire réagir et qu'il agit comme catalyseur de l'action individuelle.

3.1.1.2. Un sentiment d'égarement

Le sentiment d'égarement, littéralement de s'être détourné du droit chemin, d'avoir perdu le sens, la direction, prépare aussi un terreau capable d'accueillir, de se faire le réceptacle d'un germe de changement.

Ce sentiment suppose que l'on fasse encore une fois retour, de manière rétrospective, sur ce qui animait un individu lorsqu'il était plus jeune, ses rêves, ses grands désirs et ses ambitions personnelles. Un peu comme ce marcheur qui, une fois arrivé à un point dégagé lors d'une ascension, se retourne et regarde le chemin qu'il a emprunté, et se rend compte de tous les détours qu'il a suivis.

C'est en quelque sorte un sentiment similaire qu'a connu Pamela Balandras, actuelle responsable du mécénat de compétence chez AXA, avant de s'engager dans cette voie. Habitée par l'impression de ne pas faire ce à quoi ses appétences, ses dons l'appelaient, à savoir son goût pour les activités humanitaires, de soutien aux défavorisés, elle nous a dit : « Un jour, mon mari et moi avons décidé de partir en tour du monde. Après 6 mois, quand je suis rentrée, je me suis demandée : qu'est-ce que j'ai vraiment envie de faire ? Certes, j'aime bien mon métier, mais je suis loin de mes appétences. Comment pourrais-je allier au mieux mon métier et la partie associative que je fais par ailleurs dans ma vie personnelle ? J'avais le sentiment de toujours faire ce que l'on attendait de moi [...] ». Cette impression de ne pas faire ce pour quoi l'on est doué, ce dans quoi l'on s'épanouit, prépare et rend propice la survenue de ce moment où l'on se dit que changer de vie, sinon de carrière, est ce qui conviendrait le mieux.

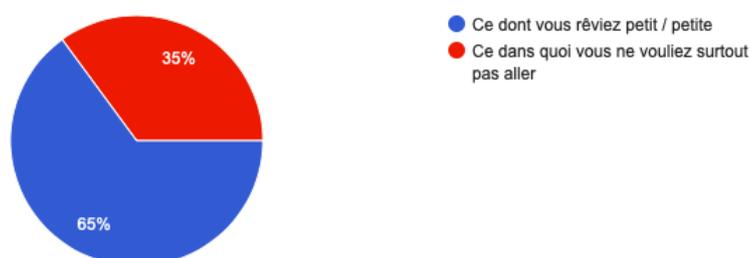
La survenue de ce sentiment peut arriver soudainement comme ce fut le cas pour Véronique Perrone qui, après 26 ans de carrière dans l'industrie pharmaceutique, se retrouve brutalement licenciée suite à un plan social et est forcée de se remettre en question. Elle se rend alors compte que la vie qu'elle menait l'a quelque peu éloignée de ce qu'elle aimait faire, accueillir des gens, et décide alors de créer un gîte pour recevoir des hôtes. Mais ce changement ne lui a pas convenu puisqu'elle a bien vite été désillusionnée par ce rêve qu'elle s'était

forgée et a alors décidé de retourner travailler en entreprise pour retrouver le lien social qu'elle cherchait, en vain, à tisser au travers de son gîte. Tous ces détours sont la preuve que le sens que l'on croyait pouvoir suivre toute sa vie, comme un cap, une boussole, est en fait bien difficile à trouver dans ce que l'on fait et que l'on a tantôt fait de se méprendre sur la meilleure manière de le suivre. L'exemple de Mme Perrone montre aussi bien que ces détours procèdent aussi d'une forme d'exigence personnelle : on cherche – parfois avec erreur – ce qui serait le mieux pour nous sans voir que notre métier présent est peut-être – avec recul – ce qui nous correspond le mieux.

Un autre exemple, celui de Madame Alexandra Lorin Guinard est aussi révélateur des détours que peut subir une carrière. Après avoir travaillé en politique, dans le cabinet de Nathalie Kosciusko-Morizet notamment, elle cherche à renouer avec son goût pour le voyage et le tourisme en ouvrant un hôtel en Normandie, un endroit novateur qui allie pension de famille et hôtel de luxe, le tout avec l'idée d'être respectueux de l'environnement. Sans être déçue de sa carrière en politique, au contraire car cela lui a été d'une grande aide, elle a su prendre un nouveau tournant, habitée par le désir de renouer avec ce qui l'anime véritablement.

Le fait d'emprunter une voie dans laquelle on ne voulait surtout pas aller ne semble pas relever de l'anecdotique : dans notre sondage, nous avons relevé que 35% des interrogés disent avoir métier qu'ils disent être ce dans quoi ils ne voulaient surtout pas aller :

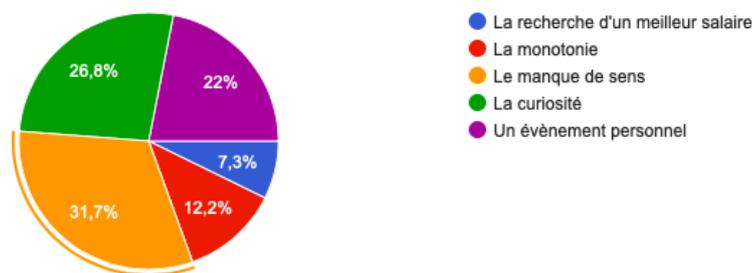
Votre métier actuel est
117 réponses



Parmi ceux qui ont effectué une reconversion, près de 32%, la part la plus forte parmi les raisons données, l'ont fait dans un souci de retrouver du sens (à noter que parmi les interrogés, seuls une cinquantaine avait effectué une reconversion), preuve - entre autres – que la vie professionnelle peut conduire à un égarement, loin de la direction que l'on souhaiterait donner à sa vie.

Parmi ces éléments, lequel vous a le plus motivé à changer d'emploi :

41 réponses



3.1.1.3. *Un sentiment coupable*

Ce sentiment coupable peut jaillir du sentiment d'inutilité (on se sent coupable de ne pas en faire assez pour être utile) ou du sentiment d'égarement (on se sent coupable de ne pas être capable de suivre le sens que l'on souhaiterait donner à notre vie, et de ne pas déployer les forces pour ce faire).

Mais le sentiment dont nous voulons traiter est plus subtile ; il s'agit de celui qui procède du savoir que l'on a en soit des dons, des qualités, des dispositions, mais que l'on ne les déploie pas à leur pleine mesure. Il provient de ce décalage entre la vie que l'on devrait mener si on déployait ces dons et celle que l'on mène.

Le témoignage de Caroline Vigneaux nous a fait prendre conscience que ce sentiment peut être violent et jouer fortement en faveur d'un changement de vie. Confrontée à la mort d'un de ses proches, Caroline Vigneaux a pris conscience de la nécessité de faire dans sa vie ce qui lui plaisait vraiment, ce pour quoi elle était douée et s'épanouissait. Ne voulant pas connaître au seuil de la mort un tel sentiment coupable et de déception face à quelque chose qu'elle n'aurait pas eu la force de faire, elle s'est décidée à changer de vie et à faire tomber la robe d'avocat pour monter sur scène. Douée depuis sa jeunesse pour faire rire et prendre la parole en public, elle s'est décidée à ne pas enfouir son talent, son appétit, mais plutôt à l'exprimer pleinement, avec courage et conviction. Le témoignage qu'elle nous a laissé nous marqua tous fortement, et suscita nombre de questions sur ce qui nous animait vraiment dans la vie. Force est de constater que la peur du regard des autres ou la peur de perdre un certain confort financier - ce qui est, selon elle, le principal frein à tout changement - suffisent à décourager. Partant, malgré des dons ou des dispositions, l'on a tantôt fait de les enterrer et de faire ce que les autres veulent nous voir faire, ce qui fut le cas pour Caroline Vigneaux dans son "choix" de carrière d'avocate.

3.1.2. Il fait suite à un point tournant, un moment bien particulier qui provoque chez l'individu une forte impression et invite à réagir ; c'est en somme un malaise qui ne peut se résoudre que par une impulsion venant du sujet lui-même.

La reconversion professionnelle ne se fait pas par hasard. La prise de décision résulte d'un ensemble de facteurs qui, à un moment donné, va influencer l'individu de façon à lui faire sauter le pas. Cet élément déclencheur qui marque la rupture avec la vie professionnelle d'avant s'inscrit toutefois dans un processus beaucoup plus long qui ne saurait se résumer à un simple événement ponctuel. Il n'en reste pas moins que c'est cet événement qui va être déterminant pour le changement de vie de l'individu.

Ce point tournant peut prendre des formes différentes. Il peut s'agir d'une rencontre, d'une lecture, d'un voyage ou même d'un visionnage. La durée de ces événements peut être plus ou moins longue mais à l'échelle d'une vie, il constitue un moment intense pour l'individu qui va être amené à remettre en question son projet professionnel. Dans la plupart des cas, il est indépendant de la volonté de l'individu, peut être perçu négativement et s'avérer être une expérience désagréable qui va pousser l'individu à changer.

Cependant, pour que cet événement soit déclencheur et non un simple aléa de la vie, il faut qu'il réponde à une aspiration, une appétence profonde de l'individu qui, elle, s'est construite sur une durée beaucoup plus longue. Pour la plupart des individus, tous les facteurs jouant dans la décision de leur reconversion étaient présents avant que ce "point tournant" ne leur arrive. Ils avaient tous des aspirations qu'ils s'étaient forgés depuis longtemps, même si elles n'étaient pas précises, ils avaient déjà la volonté de s'orienter dans leur futur domaine. L'événement est déterminant dans la mesure où il enclenche le processus mais tous les éléments jouant dans la prise de décision sont alors déjà présents chez l'individu.

3.1.2.1. Il advient par des rencontres, des lectures ou visionnages

Le point tournant est un moment intense qui pousse l'individu à réaliser une introspection. C'est cette introspection qui va amener l'individu à changer de vie. Ces événements peuvent être de nature très différente. L'exemple auquel on pourrait tout de suite penser serait la rencontre ou même la connaissance de longue date avec un ou des professionnels du domaine de la reconversion. Par exemple, si Damien Zeller s'est reconverti dans la boucherie, c'est en partie grâce aux connaissances qu'il avait dans sa région d'origine, la Corrèze. En effet, plusieurs membres de sa famille et amis travaillent dans l'élevage. C'est son admiration pour les éleveurs,

leur dévouement et leur passion qui l'a poussé à se reconvertir dans la boucherie. Les rencontres ponctuelles d'individus jouent aussi un rôle déterminant dans l'orientation de la carrière professionnelle. Le point tournant ne se résume toutefois pas à des rencontres où des connaissances, il peut prendre aussi des formes bien différentes comme une lecture ou un visionnage. C'est cette lecture ou ce visionnage qui va faire réaliser à l'individu à quel point il aime le domaine dans lequel il aspire à être et qui va appuyer sa décision à changer de vie. Si ce point tournant n'est pas forcément un événement bref et court, son importance n'en est pas moindre. Par exemple, avant qu'il ne se décide à quitter son poste de directeur d'hôpital pour devenir professeur agrégé d'histoire, Olivier Gomez avait déjà une passion forte pour l'histoire. Cette passion pour l'histoire est née selon lui en partie de ses lectures et du cinéma. En effet, la lecture de Raymond Aron a été une véritable révélation pour lui. Cet auteur a joué un rôle majeur dans sa formation ensuite. Il ne faut donc pas sous-estimer l'influence que peuvent avoir des œuvres littéraires et cinématographiques.

La notion de point tournant évoque un instant bref, décisif qui tout à coup va faire changer le sujet et le pousser à se reconvertir. Cependant, s'il s'inscrit dans une durée bien déterminée dans le temps, il n'en reste pas moins que le point tournant peut se révéler être une expérience plus longue, plus progressive et qui résulte d'une réflexion bien développée. L'élément qui a poussé Pamela Balandras à s'interroger sur son métier a été un tour du monde avec son mari qui a duré six mois. Ce n'est qu'une fois rentrée qu'elle se demanda ce qu'elle avait vraiment envie de faire. De cette réflexion en a découlé le constat qu'elle aimait bien son métier mais qu'il était bien loin de ses véritables aspirations. La décision qu'elle a prise ne résulte donc pas d'un événement bref, bien concis dans le temps mais d'un voyage qui a duré six mois. C'est justement le temps plutôt long du voyage qui lui a permis d'effectuer une coupure avec sa vie professionnelle et de se rendre compte de ce qu'elle cherchait vraiment. Ainsi le point tournant n'est pas forcément un moment bref, ne durant que quelques instants, qui vient bouleverser la vie du sujet. Au contraire, il peut prendre la forme d'un processus plus long mais non moins déterminant.

Si le point tournant peut donc prendre des formes variées, un genre bien particulier d'événement se démarque dans la plupart des cas, il s'agit des épreuves de la vie. Lorsqu'un individu est confronté à une épreuve de la vie, cette dernière remet en cause l'état stable dans laquelle il se trouvait et peut donc favoriser la prise de décision d'un changement de vie. Ces épreuves de la vie sont donc un catalyseur puissant qui est à l'origine de nombreuses reconversions. Sans elles, l'individu n'oserait peut-être pas prendre la décision alors même qu'un autre domaine correspond plus à ses aspirations. Avec elles, il est en quelque sorte poussé à franchir le pas étant donné que sa situation est déjà dans un état instable. C'est ce que met en valeur Sylvaine Pascual, pour la plupart de ses clients, la décision de changer de vie vient après une épreuve de la vie comme un divorce, un burn-out, un licenciement ou un accident. Alors que l'individu s'autocensurait avant, ces événements le forcent en quelque sorte et lui imposent de prendre une décision, ce qui le pousse assez souvent à se reconvertir. L'expérience de Véronique

Perrone illustre cette importance des épreuves de la vie. Elle a en effet été obligée de changer de vie lorsque son entreprise a mis en place un plan de restructuration sociale. Elle a toutefois pu bénéficier d'un plan de sauvegarde de l'emploi qui l'a aidée à retrouver une activité. C'est grâce à ce plan qu'elle a initié son projet de gîte. Si elle a été en quelque sorte forcée de changer de poste à cause des aléas de la vie, c'est elle qui a pris la décision de se reconvertir dans un secteur plus proche de ses appétences. Sans cet événement, même si d'autres facteurs ont influencé sa prise de décision, elle n'aurait peut-être pas franchi le pas.

3.1.2.2. *Mais s'inscrit dans un processus beaucoup plus long*

Le point tournant est donc un moment plus ou moins long mais bien déterminé dans le temps. Ce qui donne la spécificité à ce moment, c'est qu'il trouve des aspirations profondes à qui il répond. Alors, le point tournant ne saurait être un simple événement détaché du passé de l'individu, au contraire, il s'inscrit dans un processus beaucoup plus long dont il vient marquer la fin d'une étape et le début d'une nouvelle. Le point tournant est donc lié à d'autres facteurs et inspirations plus ou moins récentes.

Dans de très nombreux cas, l'appétence pour le domaine dans lequel l'individu se reconvertit plus tard se fait dès le plus jeune âge. L'élément déclencheur ne fait que rappeler un désir profond qui s'est construit sur une durée très longue. Concernant les aspirations d'Olivier Gomez pour l'histoire, sa passion s'est développée très tôt, dès le collège. Son désir de reconversion est né d'une passion apparue très tôt et ne pourrait donc pas se résumer à un simple instant ponctuel. De même, si Alexandra Lorin Guinard a eu l'idée de développer son projet hôtelier, c'est parce qu'elle partageait avec son mari une passion pour le tourisme et le voyage. Elle avait aussi déjà travaillé dans différents complexes hôteliers. Créer leur propre hôtel représentait donc un défi. Dans ces deux cas, ces personnes ne pourraient pas résumer leur changement de vie à un unique point tournant qui leur aurait fait réaliser tout à coup ce à quoi ils aspirent réellement. Ils avaient tous deux connaissances de leur passion bien avant de se reconvertir et ce qu'on pourrait appeler le point tournant n'a été que le moment où ils se sont décidés à faire de leur passion leur activité professionnelle. Il est alors évident que leur décision de changer de vie s'inscrit dans un processus beaucoup plus long que le simple élément déclencheur.

De même, pour Adeline Fleury, la décision de devenir écrivain n'a pas été prise du jour au lendemain. Adeline Fleury a toujours eu une appétence pour l'écriture, et le fait que son père, Georges Fleury, soit lui-même écrivain, n'y est probablement pas pour rien. Néanmoins, comme elle voulait trouver sa propre voie, et comme son père cherchait à la protéger des difficultés intrinsèques au métier d'écrivain, elle s'est d'abord tournée vers le journalisme. Elle a ainsi été reporter pendant 15 ans au *Journal du Dimanche*. Mais le désir d'écrire des romans a fini par émerger, et comme elle n'avait pas assez de temps pour le faire, elle a décidé de quitter le journalisme,

une première fois, pour publier ses premiers livres : *Petit éloge de la jouissance féminine* en 2015 et *Rien que des mots* en 2016. Elle y est retournée quelques années plus tard, en devenant Chef du service culture du journal *Le Parisien*, avant de le quitter à nouveau, cette fois définitivement, en 2020. Le désir d'écrire ses propres livres était devenu prépondérant, d'autant plus qu'elle avait le sentiment de ne plus avoir grand-chose à apprendre du milieu de la presse. Ainsi, la vocation d'Adeline Fleury à devenir romancière s'est affirmée sur une longue période de temps, marquée au départ par des hésitations et des balbutiements.

En dehors des aspirations profondes, il y a d'autres éléments qui influencent la décision de l'individu : ce sont les conditions de travail, qui lorsqu'elles sont trop désagréables pour l'individu, le poussent alors à changer d'activité. Le point tournant arrive donc alors même qu'il sait que son métier ne lui convient plus, il peut donc être vu comme un prétexte qui lui permet de franchir le pas. Par exemple, comme rappelé ci-dessus, ce qui a poussé Véronique Perrone à se lancer dans son projet de gîte c'est la restructuration de son entreprise. Mais au-delà de la restructuration de son entreprise, Véronique Perrone savait que son poste ne lui convenait plus. En effet, après 26 ans de carrière dans l'industrie pharmaceutique, elle avait l'impression que son entreprise lui en demandait trop, elle se rendit compte que son train de vie ne lui convenait plus. De même, ce qui a poussé Alexandra Lorin Guinard à quitter le domaine de la politique pour ouvrir son hôtel est le rythme intense que lui demandait son métier précédent. Il lui arrivait alors de travailler jusqu'à 15 heures par jour, ce qui était différent de ses aspirations profondes. Que ce soit pour l'une ou pour l'autre, avant que ne survienne leur point tournant, leur élément déclencheur, elles savaient que leur métier ne leur convenait plus. Le point tournant n'est donc pas une révélation sur leurs aspirations profondes mais l'achèvement d'une insatisfaction progressive de leurs conditions de travail.

Il n'y a donc pas un unique facteur déclencheur mais une multitude qui, ensemble, rend la reconversion quasiment nécessaire. Si son influence est déterminante, le point tournant ne saurait donc pas être la cause principale de la reconversion mais joue simplement le rôle de déclic qui va entraîner le processus de changement de vie.

3.1.3. Et opère comme un réveil

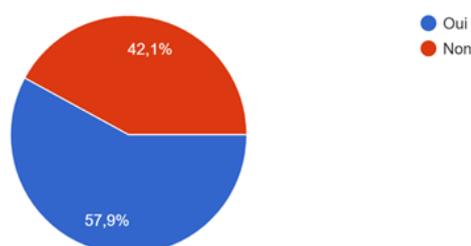
Le réveil est, au sens strict, le passage de l'état de sommeil, ou d'inconscience, à l'état d'éveil, ou de pleine conscience. Mais l'état d'inconscience peut parfois déborder, pour ainsi dire, sur notre temps d'éveil, pendant des mois, voire des années, dans la mesure où nous ne sommes plus en phase avec nos aspirations profondes, et ce sans même nous en rendre compte. Lorsque nous perdons de vue le sens de notre action ou de notre travail,

nous entrons, pour ainsi dire, dans un état de somnambulisme. Le réveil – souvent provoqué, comme décrit précédemment, par un événement déclencheur - peut alors s'avérer douloureux, car nous nous rendons compte que nous avons ignoré nos vrais désirs ; mais dans un même temps, ce réveil est généralement source de joie et d'enthousiasme, car nous retrouvons cette énergie fondamentale qui anime celui qui a trouvé sa vocation.

3.1.3.1. *Un réveil parfois douloureux suite à la prise de conscience que le sens que l'on voulait donner à sa vie, a en fait été bien oublié*

Aussi paradoxal que cela puisse sembler, il n'est pas rare que nous perdions de vue le sens de notre vie - si tant est que nous l'ayons déjà trouvé - ou que nous négligions la nécessité de lui en donner un. Ainsi que le montre le sondage réalisé, près de la moitié des personnes retraitées qui ont répondu affirment que la question du sens ne se posait même pas pour elles au moment de leurs études.

Quand vous en étiez encore aux études, vous réfléchissiez au sens que vous vouliez donner à votre vie
57 réponses



Nombreux sont en effet les impératifs exogènes qui viennent occulter notre vocation : impératifs financiers, familiaux, culturels, sociaux, etc. A en croire les témoignages que nous avons recueillis, la famille est un des facteurs principaux de perte de vue de nos désirs authentiques. Plus exactement, c'est le poids du regard des parents, et la volonté de leur faire plaisir, qui détourne la personne de son cheminement propre. Elle s'efforce alors de réaliser les rêves d'un de ses parents, à la manière d'un Romain Gary⁵, qui raconte, dans *La promesse de l'aube*, qu'il ne vit littéralement que pour réaliser l'idéal de grandeur de sa mère, et ainsi lui rendre justice ; sa mère, quant à elle, vit par procuration, à travers l'ascension de son fils et les contes qu'elle en fait à son entourage. « - Tu seras un héros, tu seras général, Gabriele D'Annunzio, Ambassadeur de France - tous ces voyous ne savent pas qui tu es ! », lui répète-t-elle à longueur de journée.

⁵Romain Gary, *La Promesse de l'aube*, 1960

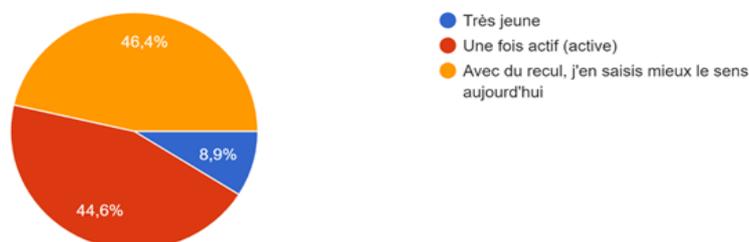
Pour Pamela Balandras, la perte de ses parents s'est ensuivie de la disparition d'un certain impératif de leur faire plaisir, qui avait toujours influencé ses choix. « J'avais le sentiment de toujours faire ce que l'on attendait de moi, étant donné que je n'avais pas de vocation déterminée. On m'a dit de faire un baccalauréat scientifique, puis une classe préparatoire, puis une école de commerce : c'est donc ce que j'ai fait. » Mais c'est après son tour du monde que s'est opéré son réveil. « Après mon tour du monde, je me suis dit : qu'est-ce que j'attends de moi-même ? Ayant perdu mes parents, je ne me sentais plus obligée de répondre à leurs attentes. Je pouvais à présent faire ce qui me plaisait. » La prise de conscience s'accompagne ainsi d'une ouverture d'un champ de possibles, où nous pouvons alors choisir librement ce qui fait sens pour nous. Cette nouvelle liberté peut être euphorisante, mais elle peut aussi être vécue comme un fardeau, car elle implique une responsabilité quant aux décisions prises. Néanmoins, pour Pamela Balandras, le bon choix s'est imposé de lui-même. Inspirée par son mari qui avait mis en place le mécénat de compétences chez Capgemini, Pamela Balandras s'est lancée dans le développement du mécénat de compétences chez AXA, une mission qui lui réussit tant sur le plan personnel que professionnel.

Cela dit, la découverte d'aspirations profondes et insoupçonnées n'est pas nécessairement une expérience amère. Si l'on pourrait croire de prime abord que cette prise de conscience s'accompagne d'un certain regret d'avoir vécu dans l'ignorance ou la négligence du sens de notre action, les témoignages que nous avons recueillis semblent dire le contraire. Les personnes interrogées sont unanimes : le réveil qui précède le changement de vie est toujours le résultat d'un cheminement, plus ou moins long, mais nécessaire, et sans lequel un réveil n'aurait pu être possible. Dès lors, tout regret de la carrière passée est exclu. Une idée simpliste serait de considérer que tout ce qui précède le changement de vie est inauthentique, et que tout ce qui en découle fait parfaitement sens. En réalité, c'est le cheminement, l'enchaînement complexe et irréductible des choix et des expériences de l'individu, qui, en s'agrègent pour faire sens.

Ainsi que nous l'a expliqué Nathalie Gobin, le sens apparaît toujours a posteriori. Plutôt que de chercher le sens comme un Graal, Nathalie Gobin s'est toujours efforcée d'agir de manière juste et authentique à chaque instant, et d'écouter ses appétences. Fervente comédienne depuis l'enfance, elle a cofondé, à sa sortie d'HEC, Next Level Formation, une entreprise de formation de soft skills via l'improvisation théâtrale. Mais il y a cinq ans, sa passion pour le théâtre s'est dissipée ; monter sur scène ne lui permettait plus de satisfaire son besoin de spiritualité. Elle s'est alors tournée vers la médiation et le yoga, et est devenue professeur de yoga. Aujourd'hui, Nathalie Gobin a une activité professionnelle dense et variée : elle participe à l'ouverture d'une école Montessori avec son compagnon, tout en s'engageant dans divers projets associatifs ; elle est également animatrice de l'atelier "La Fresque du climat". Elle n'a jamais regretté aucun de ses choix de vie : s'il est parfois arrivé qu'elle ne soit pas parfaitement en phase avec ses aspirations, chaque étape de son parcours a été nécessaire, et participe à un cheminement qui, lui, fait parfaitement sens.

Le sondage que nous avons réalisé montre qu'une quasi majorité des personnes retraitées que nous avons interrogées corroborent cette idée selon laquelle le sens de leur vie apparaît rétrospectivement, en filigrane.

Vous avez trouvé le sens de votre vie :
56 réponses



Parfois, ce cheminement est plus spirituel et ce réveil un véritable appel de foi. C'était le cas notamment pour Aude et Mayeul Coutansais qui, issus de familles catholiques plutôt bourgeoises et après avoir travaillé dans le secteur de la banque, ont ressentis le besoin de se mettre au service des autres pour donner du sens à leur vie. Ce changement de vie devient alors un véritable engagement spirituel, un acte de foi. Cette foi est également une béquille dans ce changement souvent déroutant, car c'est un élément constant sur lequel l'individu peut se reposer et qui lui rappelle constamment les motifs de son changement de vie. Aude et Mayeul Coutansais ont ainsi décidé de passer du tout au tout, en quittant les quartiers aisés de Bretagne pour s'installer au coeur de la cité de Bondy et en dévouant leur temps aux personnes en ayant besoin. Malgré les difficultés rencontrées ou les phases plus difficiles de cette expérience, ils vivent et ont décidé de ce changement dans une évidence spirituelle.

3.1.3.2. L'éveil d'un sens nouveau : une conversion qui prend une forme de vocation (au sens propre du terme : un appel, appel à changer de vie, à changer tout ou partie de son existence, pour un but plus grand que celui que l'on suivait jusqu'alors).

La phase de réveil ne se caractérise pas uniquement par une prise de conscience que l'on a vécue jusqu'alors en négligeant les considérations relatives au sens de notre action. Le réveil coïncide surtout avec le retentissement d'un appel intérieur qui nous exhorte à quitter ce qui est souvent devenu pour nous une zone de confort, et à nous confronter au monde en y déployant nos projets les plus chers. Nous comprenons alors que nous sommes capables de façonner le monde par notre action : nous y repérons ce qui est défaillant ou ce qui nous révolte, puis nous invoquons nos dons et capacités acquises par l'expérience pour changer les choses conformément à nos idéaux. C'est en cela que le sens apparaît : notre rapport au monde n'est plus centré sur nos besoins personnels ; il est enrichi et enchanté par le pouvoir d'influence positive que nous sommes capables d'exercer sur notre environnement.

Juriste de formation, Damien Zeller a exercé des fonctions commerciales et juridiques dans de grandes structures. Mais après avoir travaillé quatre ans dans le comité de direction du service financier de Capgemini, il décide de répondre à l'appel d'un métier porteur d'un sens plus tangible. « Je souhaitais retrouver un métier plus humain et concret. Chez Capgemini, j'étais un maillon au sein d'une grande chaîne. » Le projet de devenir boucher émerge alors de lui-même, sous forme d'un désir de retrouver une utilité simple et concrète dans son action, en lien avec ses racines personnelles et ses valeurs. « Je suis très attaché à ma région d'origine, la Corrèze, qui est une région spécialisée dans l'élevage de qualité. J'ai de la famille et des amis qui travaillent dans ce secteur d'excellence. Par ailleurs, j'ai beaucoup d'admiration pour les éleveurs, qui sont des gens passionnés, très investis et talentueux. C'est alors que m'est venue l'idée de la boucherie : c'est un secteur en lien avec mes racines, et qui participe à perpétuer un métier artisanal, en mettant en valeur des produits d'éleveurs de ma région. » En ouvrant deux boucheries, Damien Zeller a alors la chance de voir l'impact concret qu'il peut avoir sur sa communauté, ce qui n'était pas le cas dans son métier précédent. Bien entendu, le métier de juriste est porteur de sens, mais l'on perd souvent ce sens de vue lorsqu'on travaille dans un grand groupe.

Toutefois, ce serait une méprise de penser que l'individu qui change de vie découvre systématiquement sa vocation pour la première fois, que sa vocation lui apparaît comme par révélation. Bien au contraire, il est parfois conscient depuis des années, voire des décennies, de sa vocation, mais, pour une raison quelconque, n'a pas pu ou voulu la réaliser jusqu'alors. C'est le cas d'Olivier Gomez, dont la passion pour l'histoire et la vocation à devenir professeur d'histoire semblent, a posteriori, parfaitement cohérente, et ce dès son plus jeune âge. Mais à l'heure de choisir son orientation, Olivier Gomez se plie aux codes familiaux, et entre à l'IEP de Paris, dans le but de « servir la nation », conformément à l'avenir que ses parents projettent sur lui. Cependant, après avoir été directeur d'hôpital pendant sept ans, après avoir travaillé dans un syndicat et participé à la réforme Hôpital de 2007, Olivier Gomez se rend à l'évidence qu'il ne peut plus se satisfaire d'une carrière professionnelle qui relègue l'histoire au rang de hobby. Sa vocation finit ainsi par ressurgir. Il obtient brillamment l'agrégation d'histoire, et devient professeur en collège, lycée et classe préparatoire, et ce malgré l'interdit familial d'être fonctionnaire. En somme, une vocation ne peut être ignorée indéfiniment ; la phase d'éveil est précisément l'instant où l'on décide de répondre à l'appel intérieur. « Si vous avez une passion dont vous pouvez vivre, n'en faites pas un hobby, cela ne marchera jamais, explique Olivier Gomez. Il faut qu'elle soit matérialisée dans ce que vous faites le plus dans la journée. Ne vous autocensurez pas au moment de faire des choix, affirmez ce que vous voulez faire. Si vous avez une idée au fond de vous, il faut la porter, car à un moment, elle resurgira. »

L'une des raisons pour lesquelles la vocation d'un individu n'est généralement pas une certitude innée, serait que toute vocation naît de notre expérience vécue. En un sens, il faut d'abord vivre et nous déployer dans le monde pour savoir qui nous sommes réellement et ce à quoi nous sommes appelés. De même, on ne peut savoir

ce dont le monde a besoin sans avoir été confronté personnellement aux défaillances du monde. L'expérience de la souffrance ou de la révolte, notamment, servent souvent de terreau à l'émergence d'une vocation. Pour Primo Levi⁶, la vocation à témoigner de l'enfer concentrationnaire fait irruption alors même qu'il est à Auschwitz, au poste de chimiste dans un laboratoire. Ainsi qu'il l'écrit dans l'appendice de *Si c'est un homme*, « Le besoin de raconter était en nous si pressant que ce livre, j'avais commencé à l'écrire là-bas, dans ce laboratoire allemand, au milieu du gel, de la guerre et des regards indiscrets, et tout en sachant bien que je ne pourrais pas conserver ces notes griffonnées à la dérobée, qu'il me faudrait les jeter aussitôt car elles m'auraient coûté la vie si on les avait trouvées sur moi. » Plus qu'un désir personnel de témoigner, c'est un devoir de retranscrire la vérité des camps qui anime Primo Levi : « Au cours de ces multiples rencontres avec mes jeunes lecteurs, je me suis trouvé en devoir de répondre à de nombreuses questions : naïves ou intentionnelles, émues ou provocatrices, superficielles ou fondamentales. » Notons cependant qu'en devenant écrivain, Primo Levi n'abandonne pas pour autant son métier de chimiste, qu'il exerçait déjà avant la guerre.

La vocation qui nous apparaît lors de cette phase d'éveil est primordiale, car elle pose les fondations de notre volonté à changer de vie, et aura des conséquences directes sur la réussite de ce changement de vie. Mais ce n'est, dans les faits, qu'une étape intérieure, presque métaphysique, et a priori sans manifestation tangible. Il convient donc à présent de nous attarder sur le changement de vie en lui-même, qui en résulte.

3.2. *La phase de reconversion en elle-même*

C'est peut-être le moment le plus important de ce processus de changement, de ce processus de conversion. L'individu est séduit par une nouvelle voie, une vie qui est plus en adéquation avec ce qu'il ambitionne. Le désir joue ici une grande place ; il procède aux petites et grandes décisions que l'individu pose, comme des jalons qui doivent concrétiser son changement de carrière, de vie. Cette phase de reconversion détermine l'orientation finale du changement ; déterminé mais peut-être encore douteux, l'individu doit composer avec une réalité qui parfois ne se plie pas à ses désirs. Il rencontre des obstacles certes, mais il est intéressant de voir que peu sont ceux qui renoncent à l'appel – si l'on ose l'image mystique – qu'ils ont en eux. Un appel puissant qui agit comme un catalyseur, comme un moteur capable d'amener à faire de lourds sacrifices.

3.2.1. *Le temps et le silence sont souvent employés comme les meilleurs conseillers*

⁶Primo Lévi, *Si c'est un homme*, 1988

Si l'appel intérieur d'une quête de sens se fait souvent ressentir de manière soudaine et spontanée, oser franchir le pas et renoncer au confort et à la stabilité d'une vie déjà établie suppose au contraire une réflexion et un temps de silence durant lequel l'individu peut mûrir sa décision et préparer un nouveau projet. C'est au cours de ce laps de temps que l'individu réalise une sorte d'introspection afin de faire émerger ce qui lui tient vraiment à cœur, ses valeurs et les ambitions qu'il se fixe.

3.2.1.1. Il s'agit ici de laisser résonner en soi cet élément déclencheur, d'utiliser son intellect, son discernement, pour savoir comment au mieux y répondre

Répondre à cet appel intérieur, à ce désir de sens, nécessite un travail personnel de réflexion. Il ne suffit malheureusement pas d'offrir une réponse prématurée et immédiate à ce besoin de sens mais plutôt de faire résonner en soi cette demande qui ressemble quelque peu à une quête de spiritualité. Ainsi, comme le souligne Nathalie Gobin, la méditation et le yoga sont des moments privilégiés pour rechercher du sens au fond de soi et surtout c'est au cours de ce moment de silence, où l'on fait taire le monde extérieur pour mieux dialoguer avec soi-même, que l'on peut chercher le sens que l'on veut donner à notre vie ou encore trouver du sens au fond de soi. Pour Sylvaine Pascual, coach en reconversion professionnelle, deux éléments sont essentiels pour oser changer de carrière : il s'agit tout d'abord de la connaissance de soi et ensuite de l'exploration des différents métiers. En effet, une bonne connaissance personnelle est nécessaire pour changer de métier de manière "raisonnée". Cette connaissance ne peut se faire que par le sujet lui-même et suppose donc un moment de méditation, d'introspection, afin de faire résonner en soi ses différentes appétences. Pour Sylvaine Pascual ce sont plus les "appétences" qui sont déterminantes, que les "compétences". Le silence est donc une étape importante dans le cheminement sur la quête de sens et le changement de vie.

Parfois, un petit élément déclencheur vient bouleverser nos vies et en modifier totalement l'équilibre, le sens, le cours, pourtant, aussi soudain que soit cette "révélation", une phase naturelle de doutes ou d'hésitations vient s'installer chez le sujet. C'est en effet une réaction naturelle et normale, que l'on retrouve chez tous les sujets, car changer de vie est un sacrifice, c'est le renoncement voire l'abdication à toute une histoire : études, formation, expérience, cercle de personnes, statut social, mode de vie ... Aussi, Caroline Vigneaux, ancienne avocate reconnue, explique comment après être montée sur scène dans un zénith pour faire un plaidoyer devant un grand public elle a eu un déclic et a compris que c'était cela qu'elle voulait faire désormais : c'était de cette adrénaline, de ce stress que l'on peut éprouver avant de monter sur scène, qu'elle avait besoin. Après avoir essayé

pendant trois semaines de se convaincre que c'était une erreur, qu'elle ne pouvait pas renoncer à la vie qu'elle menait ou encore qu'il était regrettable d'avoir fait toutes ces études pour finalement se lancer dans une voie pour laquelle elle n'avait aucune formation ou expérience réelle, elle a suivi cet appel intérieur et a démissionné de son poste d'avocate. Ainsi, alors même que l'élément déclencheur s'était imposé comme une évidence, il lui a fallu un moment de réflexion personnelle et de questionnement profond pour oser réellement franchir le pas.

3.2.1.2. Cette phase de reconversion peut être longue et il faut aussi noter que le changement n'est pas aussi soudain que l'expression « changer de vie » pourrait le souligner : l'on ne démissionne ni ne déménage du jour au lendemain mais le temps est plutôt employé comme le meilleur conseiller.

Oser "changer de vie" n'implique pas de se lancer du jour au lendemain dans une nouvelle aventure. Au contraire, comme toute aventure, l'expérience du changement de vie nécessite un vrai travail et cela suppose d'accepter de différer le changement de vie à proprement parler afin de le préparer, de l'anticiper. Véronique Perrone, après avoir travaillé durant vingt-six ans dans l'industrie pharmaceutique, a été confrontée à cette question du changement de vie lorsque son entreprise a décidé de réduire les effectifs. Grâce à un véritable accompagnement de la part de son entreprise, elle a bénéficié de temps et d'une formation pour se lancer dans une tout autre activité : l'hôtellerie, puisqu'elle a entièrement rénové un mas provençal pour en faire un gîte. Sans cet accompagnement et le temps nécessaire pour préparer son projet, le mûrir et l'anticiper, elle n'aurait sans doute pas eu les bagages requis pour se lancer dans cette aventure. Le silence est donc une étape décisive pour faire le tri et sélectionner ses principales appétences, encore faut-il du temps pour préparer au mieux ce changement de vie afin que celui-ci se déroule au mieux.

Du temps, c'est aussi ce dont a eu besoin Alexandra Lorin-Guinard pour préparer sa reconversion. Après avoir travaillé dans le milieu politique, elle a décidé avec son mari de se lancer dans l'aventure de l'entrepreneuriat dans le secteur de l'hôtellerie. Toutefois, préparer ce projet et mettre toutes les chances de son côté pour qu'il soit une réussite a nécessité du temps et ensemble, ils ont essuyé quelques échecs (refus de crédit de la banque, propriétaire qui se rétracte après la vente...) avant de trouver la perle rare et de réunir toutes les conditions nécessaires pour faire du projet un véritable succès. De même, Tanguy Vaz a choisi de prendre une année sabbatique pour mûrir son projet avant de passer du secteur de la finance à celui de la vie associative. Le temps est donc une variable importante dans le processus de changement de vie et il est nécessaire pour faire des choix réfléchis et donc réunir les conditions favorables à la réussite de sa reconversion.

3.2.2. *Les proches ou le regard des autres peuvent agir comme des freins*

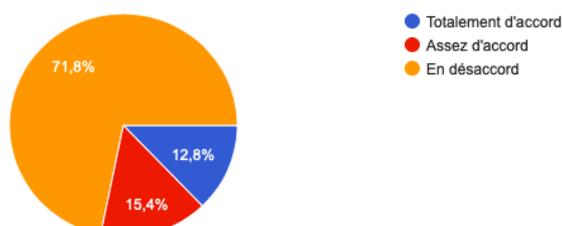
A force de raisonner en vase clos, centrés sur un seul individu, on en oublie les influences, voire même les pressions sociales. Les paires, pour employer le vocabulaire sociologique, influencent de fait grandement nos actes et nos réactions. Parmi ceux-ci, les parents, la famille est le premier cercle d'influence. Bien souvent lors de nos rencontres, le mentor, le modèle à suivre, celui qui conseillait l'individu prêt à changer de vie et le guidait sur chacune de ses étapes était un proche : un oncle, une tante, un cousin, parfois un père ou une mère. Et c'est ce mentor, ce modèle, qui, par sa proximité, motivait et donnait l'impulsion pour se lancer sur la voie du changement. Force est de constater que l'on fait souvent plus confiance, et que l'on prête souvent plus d'attention aux conseils venus d'un proche, de quelqu'un que l'on connaît bien, que l'on côtoie régulièrement.

Pourtant, c'est aussi le cercle familial qui exerce le premier une pression sur ce changement et peut parfois le décourager. Plus encore, le regard de la société, la pression de "ce qu'il est convenu de faire et de ne pas faire", de ce qui est ancré dans les habitudes sociales et les mœurs de notre temps, constitue aussi un frein puissant. A une époque où ces changements de vie font les gros titres, où les expériences les plus radicales de ces changements sont affichées comme des exemples à suivre, nous ne pouvons que constater qu'ils demeurent marginaux et qu'ils sont vus d'un œil amusé, sinon soupçonneux.

3.2.2.1. *Les proches aident, conseillent, mais peuvent aussi être de véritables freins, et semer le doute.*

Commençons par analyser les réponses à la question de notre sondage : "le regard des autres / la désapprobation ou non de la famille a été un frein". Parmi ceux qui ont effectué une reconversion, près de 72% des sondés n'ont pas connu cette pression d'autrui. Pour le reste, cette pression a été plus ou moins ressentie.

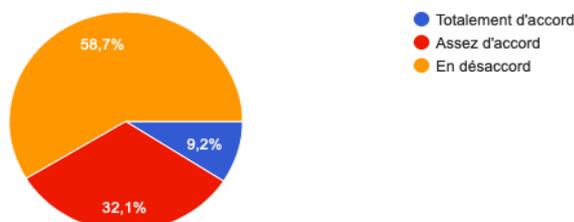
Le regard des autres / la désapprobation ou non de la famille a été un frein
39 réponses



Parmi ceux qui seraient prêts à effectuer une reconversion, près de 60% pensent que cette pression extérieure ne les empêcherait pas de changer de carrière. La proportion est donc de 10 points inférieure à celle de ceux qui ont effectué une reconversion, mais ceci provient aussi sûrement du fait que parmi les sondés, un peu moins du tiers s'était déjà converti.

Le regard des autres / la désapprobation de la famille pourraient empêcher une reconversion

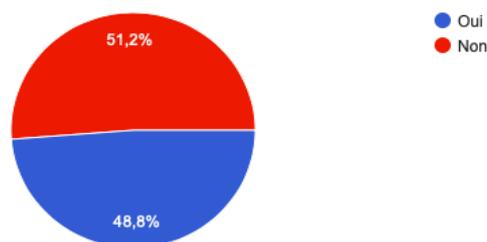
109 réponses



Pour terminer sur ces analyses statistiques, remarquons que près de la moitié des interrogés ayant déjà effectué une reconversion a été aidée au cours de sa reconversion :

Vous avez été aidé lors de votre reconversion

41 réponses



Que pouvons-nous tirer de nos entretiens ? D'une part, la reconversion et le changement de vie ou de carrière est souvent un processus mené individuellement. D'autre part, lorsque celui ou celle qui désire changer de carrière est aidé, il l'est généralement par un proche et cette aide est bénéfique. En somme, la pression des proches n'est pas vraiment quelque chose qui ressort fondamentalement de nos entretiens, c'est même relativement minime. Dans notre échange avec Tanguy Vaz, il nous est apparu que les proches nous soutiennent le plus souvent. Tanguy Vaz nous livre de fait : "mes proches en tout cas ne le furent pas [un frein] car ils étaient dans l'ensemble heureux de me voir quitter un métier aliénant et dans lequel je n'avais pas le temps de souffler" à propos de ses deux ans chez JP Morgan. Les proches confortent dans l'idée du changement et en cela constituent une aide dans le doute

3.2.3. Les sacrifices à faire

Lorsqu'on évoque les sacrifices à faire pour effectuer une reconversion professionnelle, c'est souvent le facteur financier qui ressort en premier. Le changement de vie est en effet souvent vu comme un saut dans l'inconnu, un état de déséquilibre qui peut mettre en danger la situation financière de l'individu. Il faut avoir tout d'abord les ressources financières nécessaires à la mise en route du projet voire à la formation complémentaire. Une fois effectuée, la reconversion ne procure pas forcément le confort matériel auquel l'individu était habitué. Toutes ces nécessités et incertitudes font donc que bon nombre de personnes renoncent à effectuer une reconversion professionnelle à cause du facteur financier.

A cela s'ajoutent les interrogations sur la carrière de l'individu. La méconnaissance partielle des perspectives du nouveau métier peut laisser à penser que la reconversion signe un arrêt de la carrière professionnelle et représente donc un sacrifice de sa vie professionnelle pour ses passions.

3.2.3.1. *Un obstacle dissuasif à toutes les étapes de la reconversion*

Le premier obstacle financier auquel l'individu sera confronté au cours de sa reconversion sera la phase de transition. Pendant cette phase, dans la plupart des cas, l'individu ne reçoit plus le salaire de son précédent métier et a besoin de ressources financières pour initier son projet. Que ce soit des investissements matériels importants ou alors une nouvelle formation qui peut s'avérer assez longue, l'individu est amené à mobiliser d'importantes ressources financières dans un laps de temps plus ou moins long. C'est cette première épreuve qui peut être mal vécue par l'individu qui peut alors s'interroger sur la viabilité de son projet et sur l'obtention des moyens pour à la fois mettre en œuvre son projet tout en essayant de garder un certain confort matériel s'il a une famille. C'est cette difficulté qu'a traversée Olivier Gomez lors de sa reconversion, le changement a été pour lui extrêmement dur. En quittant son poste de directeur d'hôpital, il a perdu en très peu de temps son logement de fonction et ses primes alors qu'il avait trois enfants en bas âge et une épouse qui commençait à peine son travail d'infirmière. Il a été amené à louer un minuscule appartement qui contrastait fortement avec son appartement de fonction précédent. C'est ainsi qu'il a vécu deux ans, dans l'incertitude car il pouvait de plus échouer à l'examen qu'il passait pour devenir professeur. Le facteur financier, quand il se lie avec les nécessités familiales est une épreuve à ne pas sous-estimer. Mais c'est la mise en œuvre du projet à proprement dit qui peut dissuader des individus à se reconvertir. Comme le souligne Sylvaine Pascual, elle a des clients avec des revenus modestes qui veulent se reconvertir et s'ils peuvent être particulièrement débrouillards et réussir à effectuer des reconversions dans des conditions difficiles, ils sont parfois rattrapés par la logique de faire bouillir la marmite et n'osent pas entreprendre une reconversion professionnelle.

Au contraire, les personnes accompagnées financièrement pendant leur reconversion ont plus de facilités à se lancer dans leur projet. Par exemple, certaines entreprises accompagnent les individus lors de leur reconversion. Ce fut le cas pour Véronique Perrone, suite à l'annonce d'un plan social, l'entreprise dans laquelle elle se trouvait l'a aidée que ce soit financièrement ou au niveau de la formation. Elle avoue que c'est cette sécurité qui lui a permis de développer sereinement son gîte. Une autre façon d'accompagner des salariés voulant se reconvertir est le mécénat comme le met en œuvre Pamela Balandras chez AXA. C'est l'occasion pour eux de découvrir de nouveaux métiers et d'acquérir des compétences. Beaucoup voient en le mécénat une chance de pouvoir passer du temps dans une association et de mettre à disposition leurs compétences tout en maintenant leur salaire. Mais si les individus ne peuvent pas bénéficier d'une telle aide, ils arrivent dans certains cas à trouver des moyens leur permettant de leur assurer une sécurité financière, ils peuvent notamment avoir une activité secondaire qui leur laisse assez de temps pour s'engager dans leur projet. C'est cette option qu'a choisie Nathalie Gobin, pendant sa phase de transition, elle a gardé son activité de formatrice consultante chez Next Level pour lui assurer une sécurité financière. Ce poste lui a permis de s'engager dans son projet sans se soucier des questions d'argent.

Mais même une fois la phase de transition achevée, la nouvelle activité peut se révéler moins profitable que prévu et remettre en question tout le projet de reconversion. Il ne faut pas sous-estimer le confort matériel : une chute de ce confort amène l'individu à douter de son changement de vie et si ce dernier ne lui convient pas parfaitement, cela peut l'amener à abandonner son projet. Au bout de deux ans de gîte, le projet de Véronique Perrone ne lui permettait pas de garder son train de vie, elle ne percevait seulement qu'un cinquième de son ancien salaire. Associé au fait que l'activité de gîte ne lui plaisait pas autant qu'elle l'aurait pensé, ce facteur a joué grandement dans sa décision d'abandonner le gîte pour revenir dans le domaine de la pharmaceutique.

3.2.3.2. *L'argent, un faux frein ?*

Si dans ce dernier cas, le facteur financier a conduit Véronique Perrone à abandonner son activité, c'est surtout parce qu'il était conjugué à une érosion de sa volonté de continuer le gîte. En réalité, si l'individu a et garde la détermination pour changer de vie, le facteur financier est relégué à un second rang. Tout d'abord si l'individu n'a pas de famille qui lui impose des nécessités de revenus, l'aspect financier est tout de suite moins déterminant. Par exemple Tanguy Vaz avoue que lors de sa reconversion, l'argent ne représentait pas un obstacle important car, célibataire, il fut assez facile pour lui de renoncer à un certain salaire pour faire quelque chose qu'il l'intéressait vraiment. Parfois même, la quête de sens dépasse le facteur financier. La volonté de faire une activité avec plus de sens s'impose à l'individu quel que soit les sacrifices financiers qu'il devra faire. Cette quasi

obligation est particulièrement perceptible dans le parcours d'Olivier Gomez. Ce dernier affirme que si un individu a une passion dont il peut en vivre, il ne faut pas qu'il en fasse seulement un hobby mais son activité professionnelle à proprement dite. Il faut qu'elle soit matérialisée dans ce qu'il fait le plus dans sa journée. Dans le cas contraire, l'individu perd peu à peu sa motivation et n'arrivera plus à s'engager dans son travail. On comprend alors que, malgré les épreuves que lui imposaient les questions financières, il n'a pas renoncé à son changement de vie pour pratiquer quotidiennement ce qu'il aimait le plus à savoir l'histoire.

Ne pas entreprendre sa reconversion à cause du facteur financier - c'est à dire la peur de voir son train de vie réduire, nous ne parlons pas des personnes ne pouvant pas matériellement lever les ressources pour mettre en oeuvre leur projet - peut donc s'avérer être un prétexte pour ne pas troubler son équilibre. En effet, c'est surtout l'inconnu qui effraie dans le changement de vie, l'aspect financier peut être utilisé pour appuyer le refus de se lancer dans une reconversion professionnelle. Les conseils de Damien Zeller sont particulièrement évocateurs à ce propos. Il nous a conseillé de ne pas rester à un poste seulement pour des questions d'argent. Il affirme avoir rencontré de nombreuses personnes qui se mentent à elles-mêmes. L'argent doit être un moyen au service des passions et jamais une finalité. Alors il faut écouter l'appel de ses passions puis quoi que l'on fasse, être très exigeant envers nous-même.

On pourrait comprendre la supposée importance du frein financier par son lien avec la représentation sociale. Sylvaine Pascual, à travers les différentes expériences qu'elle a pu constater avec ses clients, considère que le frein financier est surestimé. En effet, les gens peu qualifiés ont moins de mal à se reconvertir que les gens plus aisés. C'est souvent un frein à cause des représentations. A partir de 35 ans, apparaît chez l'individu ce que l'on appelle le syndrome de la cage dorée : les individus sont victimes de leur statut socio-professionnel. Le milieu amical et familial est assez attaché aux représentations et l'individu l'interprète comme une obligation d'un certain train de vie. Or la reconversion peut se traduire par une baisse financière très nette au début et ces personnes n'admettent pas un changement de statut. Si l'aspect financier est si dissuasif c'est parce qu'il est lié à la représentation que ses proches ont de l'individu. Le frein financier n'est paradoxalement pas dû à l'argent seulement et au confort de l'individu mais il est surtout lié au regard de l'autre et en particulier des proches.

3.3. *Le bilan, le regard rétrospectif sur ce changement*

Êtes-vous plus heureux maintenant que vous avez trouvé du sens dans ce que vous faites et que vous vous adonnez à ce que vous avez désiré ? La question semble bien naïve, si ce n'est inutile. Pourtant, les réponses et les expériences varient des attentes. L'on avait évoqué le désir comme un élément fondateur de cette quête de

sens, comme ce qui met en branle et initie le mouvement que l'on souhaite donner à sa « nouvelle » vie. Mais c'est justement là que les difficultés s'insèrent. Déjà parce que l'on ne « change » pas de vie, mais une partie de sa vie, mais aussi parce que le désir a une tendance assez agaçante d'enjoliver la vie que l'on souhaiterait mener, au risque de décevoir et de mener l'individu dans une course folle au changement, alors que la véritable conversion est peut-être d'abord en soi.

3.3.1. Des expériences contrastées qui peuvent être loin de celles que de nombreux magazines vantent.

Malgré l'engouement qui peut exister autour du changement de vie depuis plusieurs années et qui fait particulièrement sens dans le contexte de la crise sanitaire de 2020, changer de vie est un véritable challenge et ne peut se résumer aux histoires inspirantes qui fleurissent dans les magazines. Sans une profonde réflexion et l'accompagnement et/ou une formation suffisante, l'espoir d'une vie nouvelle et haletante est rapidement remplacé par la désillusion. Parfois, cette expérience peut même être l'occasion d'une prise de conscience sur le sens de notre « ancienne » vie.

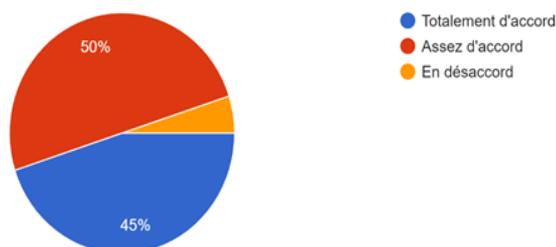
3.3.1.1. Une « nouvelle » vie bien loin des attentes et des espoirs qu'on avait placés en elle

Nul n'ignore le caractère très souvent trompeur des rêves et des espoirs qui nous habitent. C'est un thème récurrent de l'histoire humaine, que l'on retrouve tant dans la mythologie que dans la littérature. De grands auteurs ont décrit avec précision les mécanismes psychologiques qui interviennent dans ces illusions : Flaubert, par exemple, dans *Madame Bovary*, ou Charles Dickens, dans *Les Grandes Espérances*, pour n'en citer que quelques-uns. Pourtant, malgré cette évidence du caractère fallacieux de nos espoirs, nombreux sont ceux parmi nous qui finissent par se laisser tenter. Les chimères prennent alors le dessus jusqu'au moment fatidique et inévitable de la désillusion.

Le sondage que nous avons réalisé parle de lui-même. Parmi les personnes interrogées qui ont déjà changé de vie, seules 45% sont certaines qu'elles sont plus heureuses et épanouies aujourd'hui. Une majorité de personnes émet au contraire des réserves quant à la réussite de leur changement de vie. Cela laisse supposer que ces personnes se faisaient en partie des illusions sur la vie qui les attendait.

Séminaire HEC 2020
Groupe 1

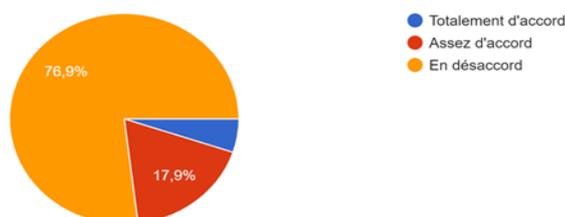
Vous êtes plus heureux par rapport à votre métier/ vie d'avant
40 réponses



Aude et Mayeul Coutansais, qui se sont engagés, avec leurs enfants, pour trois années dans l'association Le Rocher – Oasis des Cités, à Bondy, ne regrettent aucunement leur décision. Ils trouvent beaucoup de sens à s'immerger pleinement dans ce quartier difficile, qui concentre les problèmes sociétaux actuels, et d'y donner de leur temps et de leur personne. Le contact humain est ce qu'ils y trouvent de plus enrichissant. Néanmoins, à chaque fois qu'ils quittent Bondy pour partir en vacances, le retour de vacances est douloureux, car ils s'étaient complètement déconnectés de la vie de ce quartier prioritaire, au point d'en oublier la dure réalité. Cet exemple montre que même lorsque l'on connaît un mode de vie et qu'on en a déjà fait l'expérience personnelle, il nous est difficile de nous le représenter tel qu'il est, et nos projections sont souvent utopiques. Cela peut expliquer pourquoi tant de changements de vie peuvent s'avérer décevants.

Pour certains, le fait de se lancer dans une nouvelle vie et de découvrir les contraintes insoupçonnées de cette vie dont ils rêvaient les mène à s'interroger sur la pertinence de leur changement de vie. Près d'un quart des personnes qui ont répondu à notre sondage et qui ont déjà changé de vie tendent à regretter leur vie d'avant parfois.

Vous regrettez parfois votre vie d'avant
39 réponses



Certes, regretter sa vie d'avant ne signifie pas que l'on est plus malheureux aujourd'hui qu'on l'était auparavant : cela peut simplement être une forme de nostalgie d'un bonheur passé auquel on ne goûtera plus, mais qui a laissé sa place à de nouvelles saveurs. Mais en l'occurrence, il y a, à l'évidence chez ces personnes,

une forme de désir de retourner à leur vie d'avant, car elle leur plaisait globalement davantage que leur vie actuelle. Cela ne relève plus d'un simple sentiment de nostalgie.

Souvent, ce type de changement de vie peu fructueux, voire complètement manqué, est le résultat direct d'une décision hâtive. Au début du *Voyage au bout de la nuit* de Céline⁷, Bardamu s'engage, presque « sur un coup de tête », dans un régiment qui quitte Paris pour aller défendre la France contre l'envahisseur allemand. Mais il se rend bien vite compte de la fausse image héroïque qu'il se faisait de la guerre. « La musique s'est arrêtée. « En résumé, que je me suis dit alors, quand j'ai vu comment ça tournait, c'est plus drôle ! C'est tout à recommencer ! » J'allais m'en aller. Mais trop tard ! Ils avaient refermé la porte en douce derrière nous les civils. On était faits, comme des rats. » Bardamu est alors emporté dans une course folle et sera rendu fou par la guerre, finissant dans un asile.

Mais est-ce toujours regrettable de changer de vie pour se rendre compte ensuite que l'on a une erreur de jugement ? Une telle déconvenue n'est-elle pas au contraire l'occasion d'en apprendre sur nous-même et de briser nos chimères ?

En devenant professeur à Espérances banlieues, Tanguy Vaz a découvert des difficultés inhérentes à ce métier et qu'il n'imaginait pas avant. « Je suis plus épanoui dans le sens où ma vie est plus équilibrée et ce que je fais me plaît, même si le rythme est bien chargé. Je sens que j'ai un vrai rôle à jouer mais bien souvent il est difficile de lever le nez du guidon et de goûter à ce que l'on est en train de faire. Le rythme et la réalité de cette mission font que c'est assez difficile puisque l'on sait ce que l'on sème sans vraiment savoir ce que l'on récolte. Donc la vision à long terme est délicate puisque nos résultats sont flous, en tout cas on ne les voit pas immédiatement. » Ainsi, par ce premier changement de vie, de financier à instituteur, Tanguy Vaz s'est rendu compte que le métier d'instituteur est certes très concret et humain, mais pas toujours gratifiant, au sens où l'on ne peut pas mesurer immédiatement l'impact de notre enseignement sur les élèves. Peut-être cherchera-t-il à l'avenir un métier où il voit plus directement les fruits de son travail. Toujours est-il que Tanguy Vaz ne regrette aucunement ni d'avoir travaillé dans la finance, ni d'avoir quitté la finance pour rejoindre Espérances banlieues, car chacune de ces expériences est profitable en soi, et lui permet d'en apprendre sur lui-même.

3.3.1.2. *Ou bien le bonheur (re)trouvé*

D'après le sondage précédent, environ 45% des personnes semblent avoir trouvé le bonheur grâce à leur changement de vie. Nous avons rencontré plusieurs personnes dont le changement de vie est une réussite totale. C'est le cas notamment d'Olivier Gomez, qui décrit ainsi la découverte de sa vocation de professeur d'histoire :

⁷Céline, *Voyage au bout de la nuit*, 1932

« J'ai adoré le contact avec les jeunes, j'ai adoré transmettre, je me suis rendu compte que c'était réellement ce que je voulais faire depuis que j'étais petit. J'aime préparer les cours, et corriger les copies ne me pose aucun problème. Ce que j'appréhendais le plus, c'était le rapport avec les élèves. Mais globalement, cela s'est très bien passé, tant avec les collégiens qu'avec les lycéens. J'ai senti que j'arrivais à transmettre des choses aux jeunes, et que j'avais enfin la possibilité de transmettre tout ce que j'avais lu pendant des années. Je n'ai aucun regret, clairement. L'épanouissement est complet. » De tels témoignages peuvent en faire rêver plus d'un. Mais, à l'évidence, si Olivier Gomez a si bien réussi son changement de vie et a trouvé sa vocation, c'est qu'il a une véritable passion pour l'histoire, et ce depuis toujours. Mais malheureusement, nous n'avons pas tous la chance d'avoir une passion qui est plus importante que tout à nos yeux et qui peut donc nous guider.

Il convient alors de se demander s'il existe des caractéristiques communes aux changements de vie qui réussissent. Les personnes qui trouvent dans leur nouvelle carrière un bonheur inébranlable sont-elles simplement plus chanceuses que les autres, ou bien font-elles quelque chose différemment ? Qu'est-ce qui, dans leur manière d'appréhender et de réaliser ce changement, maximise leurs chances de réussite ?

Nous avons remarqué au fil des entretiens que nous avons effectués que la réussite du changement est souvent favorisée par une bonne préparation. Changer de vie « sur un coup de tête » comme Bardamu est rarement fructueux. Damien Zeller, qui est aujourd'hui très épanoui dans sa nouvelle carrière de boucher et chef d'entreprise, insiste sur l'importance de sa préparation et le soutien que ses proches lui ont apporté dans son changement de vie. « C'était évidemment une prise de risque. Mais j'avais le soutien de mon épouse, et comme je m'étais bien préparé, je n'avais pas d'inquiétude. Je m'étais notamment associé à un ami qui travaille dans un fond d'investissement, ce qui me permet d'échanger et d'avoir un avis extérieur. »

Mais il ne s'agit pas seulement de se préparer financièrement au changement. La préparation la plus cruciale est probablement mentale. Il est nécessaire de se projeter avec le plus de lucidité et de clairvoyance possible dans son métier futur, et de prendre en considération toutes les contraintes qui y sont liées et que l'on a tendance à oublier. Pour Adeline Fleury, le métier d'écrivain n'avait aucun mystère avant même qu'elle ne quitte le milieu de la presse et son métier de journaliste. En effet, son père, Georges Fleury, est également écrivain ; elle a donc grandi en le voyant écrire tous les jours. Par l'expérience de son père, qui l'avait mise en garde maintes fois, elle connaissait déjà les difficultés de la profession, à la fois psychologiques et financières. Elle savait donc à quoi s'attendre.

3.3.2. La déception peut être grande et conduire à une course folle au sens qui ne peut passer que par des changements successifs, un « zapping » constant, si l'on ose l'image

Changer de vie, ou du moins de carrière, n'est pas sans risques. En effet, ce saut dans l'inconnu est un pari qui ne porte pas toujours ses fruits et parfois, on a tendance à projeter sur une "autre vie" des qualités qui nous manquent dans notre situation présente alors que ce ne sont que des projections de ce que l'on désire. En d'autres termes, nous avons tendance à penser que "l'herbe est plus verte ailleurs", ce qui peut nous conduire de déception en déception. Dans le contexte précis du changement de vie, cela se traduit par une forme de zapping incessant, une course folle vers le bonheur, le "métier de ses rêves", celui qui fait sens et donne du sens à notre existence. C'est par exemple le cas de Forrest Gump, qui, sans réelle ambition et sans connaissance de soi se laisse aller au gré des opportunités (si l'on peut appeler cela des opportunités) de "métier" en "métier". Comment éviter de se perdre dans ce cercle vicieux de la quête de sens ?

3.3.2.1. Des reconversions multiples et qui s'enchaînent sans que le sens ne soit trouvé

Chaque reconversion professionnelle, chaque changement de vie, est une expérience riche de sens et d'enseignements et constitue donc un réel enrichissement. Pourtant, courir de profession en profession en convoitant toujours une autre vie (voire la vie d'un autre) et en espérant y trouver du sens semble une pente glissante et dangereuse car à trop vouloir changer de vie, on risque de se perdre soi-même. Il faut donc souligner ici l'importance de ce qui était évoqué plus haut (voir 3.2.1.), à savoir le temps de silence et de réflexion pour faire mûrir un projet de changement de vie.

3.3.2.2. Et qui en vient à perdre le sens, l'orientation que l'on souhaitait initier

Un mauvais choix de changement de vie ou encore un choix trop précipité et pas assez préparé conduit souvent à une grande déception et une perte encore plus profonde du sens de son action. Sans les compétences nécessaires à son nouveau métier, la difficulté que l'on peut éprouver à le réaliser peut provoquer un sentiment de "nullité" ou d'impuissance qui peut accabler le sujet et l'enfermer dans un cercle vicieux de baisse d'estime de soi, d'absence de sens ...

Parfois, un projet de reconversion très bien préparé et anticipé peut malheureusement être décevant. Dans ce cas, nous parlerons plutôt de “désillusion” car l’expression “changer de vie” s’est popularisée, en témoigne l’essor des “coachs en reconversion”, “coach personnel”, et des livres sur le sujet. Mais derrière cette expression séduisante se cache parfois une réalité toute autre. En effet, si pour certains quitter un travail ennuyant pour se lancer dans leur passion ou pour poursuivre leur rêve d’enfance est une évidence et également un succès, le changement de vie n’est pas fait pour tous et derrière le rêve se cache parfois une réalité bien décevante. Ainsi, si s’engager dans l’humanitaire par exemple, semble être une noble cause qui fait sens, cela suppose aussi de renoncer à son confort et à son mode de vie car la différence de salaire peut être abrupte. Aussi, malgré les déceptions, le changement de vie permet parfois de retrouver le sens, même si on ne le trouve pas forcément là où on l’attendait. C’est le cas de Véronique Perronne qui, déçue par l’expérience des chambres d’hôtes, a réalisé que ce qui l’animait véritablement et qui faisait sens pour elle c’était de travailler dans l’industrie pharmaceutique où elle avait passé vingt-six ans. Avant de changer de voie elle ne voyait plus que les points négatifs de son métier (surcharge de travail, lassitude après vingt-six années dans le même secteur...) pourtant après une pause dans ce secteur elle s’est rendue compte que c’est dans ce métier qu’elle s’épanouissait et a donc décidé de se réorienter vers ce secteur. On peut donc dire que le changement de vie n’est pas une garantie ou une condition suffisante pour trouver ou retrouver du sens dans sa vie, parfois bien au contraire il peut nous égarer, mais c’est une expérience enrichissante qui nous fait mûrir et prendre le recul nécessaire pour voir plus clair sur nos appétences, sur ce qui compte pour nous et ce pour quoi on veut engager son énergie.

3.3.3. Faut-il changer sa vie pour en retrouver le sens ? on peut y opposer une autre interrogation qui semble plus en accord avec la réalité : comment retrouver en soi du sens dans ce que l’on fait ?

Changer de vie, dans l’optique, avec l’ambition d’en retrouver le sens, semble quelque peu excessif, sinon le signe d’un échec personnel. Excessif car cette expression – « changer de vie » - semble laisser entendre une mue profonde, un demi-tour à 180°. L’image de la mue pourrait laisser envisager un changement complet, une renaissance. Mais si la mue permet de changer d’apparence, ou de la renouveler, elle ne permet en aucun cas de modifier l’être intérieur, la personnalité, ce que nous sommes vraiment, nos désirs et nos rêves, notre histoire et nos ambitions. Dès lors, le changement de vie serait une vaste illusion. Un mensonge, une promesse faite à vau l’eau, la possibilité ouverte d’avoir plusieurs vies, alors que la réalité est toute autre. Cette réalité ne se plie pas selon nos désirs, encore moins selon nos caprices et l’on ne change pas facilement – ou plutôt l’on ne change jamais – ce que nous sommes. Pourtant, ce changement de vie est un miroir aux alouettes, une option qui n’en n’est pas une quand il en existe une autre, peut-être évidente, mais toute simple : changer en soi ce qui provoque

cette insatisfaction, se forcer à trouver du sens dans le métier que l'on a, et peut-être aussi plus naïvement suivre le sens que, dans sa jeunesse, l'on s'était promis de chercher et de suivre.

3.3.3.1. *La mode du zapping et du changement incessant*

La littérature sociologique récente abonde d'études sur le mode de vie frénétique et parfois aliénant que mène la grande majorité des individus. Hartmut Rosa, dans son ouvrage *Accélération*⁸, une critique sociale du temps, montre comment la cadence imposée à l'individu, le rythme que lui impose la vie économique, le stress provoqué, l'exigence de rapidité et d'efficacité, l'impératif de rester connecté, de se dédier à son entreprise provoque une vie aliénée, qui ne sait plus où elle va, qui a perdu le sens. Face à cela semble émerger parmi les jeunes le désir de « faire quelque chose de sa vie », c'est-à-dire d'œuvrer à l'utile, de trouver le sens dans ce que l'on fait, de laisser une trace. Cette impression d'une quête de sens générationnelle est partagée par les retraités que nous avons interrogés, puisqu'ils pensent pour le plus grand nombre que ces questions sont de nouvelles préoccupations. Cette recherche de sens se manifeste assez souvent par une stratégie que l'on pourrait qualifier de « zapping », pour utiliser l'image de cette pratique du visionnage télévisé qui consiste à passer successivement toutes les chaînes en revue pour trouver celle qui nous plait, la regarder quelques instants et puis changer de nouveau. Tel ce passage en revue accéléré, le changement de vie frénétique, que l'on devrait plutôt qualifier de changement d'orientation frénétique, semble être devenu assez commun, au point que certains trentenaires ont déjà travaillé dans deux, trois secteurs, voire plus.

Mais il nous semble que ce « zapping » concrétise une mauvaise interprétation du sens, une illusion que l'on se forge et qui se mêle avec une quête du bonheur floue et illusoire, au point où l'on se perd dans cette course folle. Un peu naïvement peut-être, il nous semble que le sens se trouve en soi et qu'on ne le trouve pas au détour d'un chemin, ni à la suite d'une révélation. Il procède d'un long travail sur soi, travail de maturation, d'un appétit profond.

Alors une question demeure : comment savoir quand on a trouvé notre sens ? Un détour par la pensée antique s'impose. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, c'est dans *l'Illiade* et *l'Odyssée* d'Homère que l'on trouve une réponse suffisamment claire. L'analyse de Luc Ferry, et de bien d'autres, fait de *l'Odyssée* le traité de la vie bonne pour un mortel. A la question qu'est-ce que la vie bonne pour un mortel ? L'œuvre homérique répond : c'est être au fil à plomb de soi-même, c'est sonner juste. C'est en somme tout le contraire de ... *l'Odyssée* justement. Puisque ce long périple d'Ulysse est à l'image – actions des dieux olympiens omises – de cette dérive

⁸ Hartmut Rosa, *Accélération, une critique sociale du temps*, 2010

indécise de rivages en rivages sans trouver son point d'attache, son amarre. Sylvain Tesson⁹ dans sa récente analyse de l'œuvre homérique fait un très beau parallèle avec cette époque qui est la nôtre et qui rend propice l'égarement individuel.

Lors de notre entretien avec Caroline Vigneaux nous avons justement abordé cette question contemporaine du zapping. Selon elle, c'est précisément grâce à ce questionnement sur le sens, qui se fait de plus en plus chez les jeunes, que le zapping se fera plus rare. Partant, l'on assistera moins à ces changements de vie. Son témoignage nous a montré ô combien il était important de suivre ses rêves de jeunesse et surtout d'avoir l'intime conviction que l'on a qu'une vie et que pour ne rien avoir à regretter, il faut vivre pleinement ce que l'on désire et ce qui a du sens pour nous.

3.3.3.2. Alors qu'en soi persiste un malaise, un désir de sens mais que l'on ne peut satisfaire

L'échec de certaines reconversions montre que dans certains cas, le changement de vie ne suffit pas à donner le sens que l'individu attendait. Il peut donc persister un malaise qui est dû au fait que le nouveau métier ne répond pas aux attentes en termes de sens de l'individu. A travers les diverses expériences de ses clients, Sylvaine Pascual a pu dégager deux causes principales de l'échec d'une reconversion. La première est que l'individu n'a pas les compétences nécessaires à son nouveau métier et alors il peut être aidé grâce à une formation supplémentaire. La deuxième est que l'individu ne trouve pas le sens qu'il attendait dans sa nouvelle activité. C'est dans ce cas-là qu'il ressent un sentiment d'incomplétude. La raison de ce malaise est souvent que le projet est tronqué au regard de la personne et qu'il n'est pas assez élaboré. Aimer une activité n'est pas suffisant pour s'y épanouir, il faut que les conditions dans lesquelles s'exerce le métier plaisent aussi à l'individu. Par exemple, l'artisanat est aujourd'hui le métier de la reconversion mais si le projet n'est pas assez travaillé, il risque de se solder par un échec. Pour illustrer cela, Sylvaine Pascual prend l'exemple d'un homme qui voulait se réorienter dans la menuiserie d'art. Or, ne connaissant pas assez ce secteur, il s'est retrouvé à faire une menuiserie plus industrielle, il construisait des meubles pour des entreprises et non pour des particuliers comme il le désirait à l'origine. Au bout de quelques années, il a donc ressenti un malaise et a décidé de quitter la menuiserie pour reprendre son métier d'avant. C'est ce qu'on appelle le syndrome de la chambre d'hôte : il y a encore quelques années, de nombreuses personnes voulaient se reconvertir en ouvrant une chambre d'hôte mais ont finalement réalisé que ce métier ne leur plaisait pas. Un individu voulant se reconvertir va, par manque de connaissance de

⁹ Sylvain Tesson, *Un été avec Homère*, 2016

son futur métier, s'orienter vers un métier qui ne lui plait pas. Cette déception est due à une inadéquation avec la réalité et en découle un sentiment d'incomplétude et un défaut de sens.

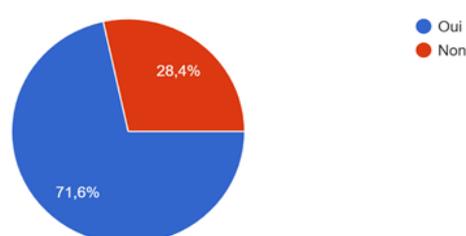
3.3.3.3. *Il s'agirait alors de trouver du sens à son échelle, peut-être plus humblement que ce que l'on a en tête quand on invoque l'expression « changer de vie », devenue bien galvaudée.*

Finalement, peut-être que le sens est à la portée de chacun, à condition d'ouvrir les yeux sur ce qui nous est déjà donné, et peut-être qu'il n'est pas à aller trouver dans une autre vie. Ce serait en soi une bonne nouvelle, car le changement de vie est souvent réservé à des personnes privilégiées, qui ne sont pas en difficultés financières, et il n'est certainement pas accessible à tout un chacun.

C'est ce que suggère la fin du film Forrest Gump de Robert Zemeckis. Forrest retourne dans son village d'Alabama, pour y élever son enfant. La dernière scène du film fait écho à la première : on voit Forrest Junior, le fils de Forrest, attendre le bus pour aller à l'école. Forrest semble avoir trouvé la réponse à l'interrogation qui l'habitait tout au long du film. C'est finalement dans son village natal d'Alabama qu'il trouve le sens. Une question demeure néanmoins : Forrest aurait-il été épanoui dans son village s'il ne l'avait pas d'abord quitté pour aller découvrir le monde et ainsi se rendre compte que ce dont il avait besoin était chez lui ? La vie de changements qu'il a menée lui a-t-elle permis de comprendre qu'il n'avait pas besoin de changer de vie ?

Plus de 70% des personnes qui ont répondu à notre sondage ne considèrent pas que changer de vie est absolument nécessaire au cours de sa carrière pour trouver du sens et s'épanouir, et fort heureusement. Sinon, nombreuses seraient les personnes qui seraient a priori condamnées à un métier vide de sens, ne pouvant se permettre d'effectuer une reconversion.

Vous pensez qu'il est possible de s'épanouir professionnellement en effectuant le même travail toute sa vie
109 réponses



Il est donc bien important de faire la distinction entre ce qui est authentique et fructueux dans un changement de vie, et ce qui relève d'une mode moderne. Lorsqu'un changement de vie est guidé par une passion, un appel

intérieur, un sens du devoir, du don de soi, un sentiment de révolte, alors il est parfaitement légitime. Mais lorsqu'il relève d'illusions enfantines, ou d'une volonté de se conformer à un idéal qui n'est pas le nôtre, alors il vaut mieux s'abstenir.

L'expérience de Nathalie Gobin peut ici nous éclairer sur la véritable utilité d'un bon changement de vie. Au premier abord, Nathalie Gobin semble avoir effectué de nombreux changements de vie. A sa sortie d'HEC, elle a cofondé Next Level, une entreprise de formation dans les Soft skills. Passionnée de théâtre, elle a été comédienne, puis a quitté la scène pour devenir professeur de méditation et de yoga. Elle participe aujourd'hui à la fondation d'une école Montessori. Pourtant, Nathalie Gobin préfère parler de changements de direction, de bifurcation dans son parcours, plutôt que de changements de vie. Nathalie Gobin nous explique qu'elle s'efforce d'être au bon endroit à chaque instant de sa vie, et le sens vient de surcroît. Le sens se trouverait donc dans l'action quotidienne.

4. Conclusion

4.1. Retour sur la question de recherche, l'hypothèse et les références théoriques

Après avoir effectué nos entretiens et notre sondage, nous constatons que notre hypothèse de recherche peut être confirmée pour de multiples raisons mais qu'il faut y apporter des nuances.

Dans tous les cas, le changement de vie est effectué dans une optique relative au sens. On ne change pas de vie par hasard, il y a toujours un sentiment d'inutilité, d'égarement, en bref un manque de sens. Si le moment-même de la décision du changement de vie peut être lié à d'autres facteurs (comme des épreuves de la vie par exemple), il s'inscrit donc toujours dans une quête de sens qui résulte d'un sentiment d'incomplétude. Pourtant, si la volonté est là, changer de vie n'est pas une condition suffisante pour retrouver le sens. Certes, dans la plupart des cas, les individus se sentent plus épanouis après leur reconversion, ils sont plus heureux car ils ont retrouvé le sens dans leur vie, mais il arrive parfois que la reconversion ne convienne pas à l'individu, il y a donc un décalage entre le désir de sens de l'individu et la réalité du métier.

On pourrait objecter que ces échecs sont dus aux conditions d'exercice des métiers de reconversion des individus mais en réalité, c'est surtout la perte du sens dans le nouveau métier qui vient marquer l'échec du changement de vie. Pour retrouver du sens, un individu est prêt à faire face à de nombreux obstacles (le regard des proches, les questions financières) mais si le sens disparaît, l'individu perd généralement toute motivation. Plus encore, certains sont même amenés à effectuer une seconde, voire une troisième reconversion, ce qui montre que leur première reconversion ne leur a pas permis de trouver du sens pour le reste de leur vie. Le changement de vie n'implique donc pas automatiquement de retrouver le sens.

Il faut souligner que le sens n'est pas une notion fixée et intangible, elle diffère selon les individus et même l'âge de ces individus. Nous n'avons pas les mêmes aspirations à 20 ans et à 45 ans. Alors il est impossible de "trouver" le sens car celui-ci est en perpétuel changement au sein même de l'individu. Effectuer plusieurs reconversions n'est donc pas un aveu d'échec mais plutôt une lucidité sur le fait que le sens est changeant et qu'on n'y accède jamais totalement. Il en ressort que ce qui importe dans la reconversion n'est pas le changement de vie en lui-même et la recherche de sens à tout prix, c'est plutôt le fait d'être authentique avec soi-même, d'écouter ses réelles aspirations et de les suivre. Alors un changement de vie n'est pas une condition nécessaire pour trouver le sens, parfois il s'impose parce que l'activité que l'individu exerce est trop éloignée de ses aspirations du moment, d'autres fois l'individu peut s'épanouir complètement en exerçant la même activité. Il faut aussi prendre en compte un autre élément : ce sont les conditions dans lesquelles s'exerce l'activité, il se peut qu'elles poussent un individu à ne pas aimer ce qu'il fait alors que son métier correspond dans le fond à ses

aspirations. C'est lorsque l'individu peut exercer ce qu'il aime vraiment dans des conditions qui lui plaisent qu'il peut s'épanouir sans passer forcément par un changement de vie. Il s'agit donc de trouver du sens au quotidien sans forcément se reconverter mais en étant authentique avec soi-même, en écoutant et en suivant ses aspirations profondes.

4.2. *Perspectives, limites, interrogations et apports*

Nous avons beaucoup appris en réalisant ce mémoire de recherche, et sommes aujourd'hui convaincus de la nécessité de nous poser les bonnes questions avant de faire nos choix de vie, afin de ne pas nous égarer sur des voies qui ne nous correspondent pas. Si notre mémoire peut servir à sensibiliser à la question du sens, nous sommes néanmoins conscients qu'il présente différentes lacunes préjudiciables.

D'abord, nous n'avons pas assez interrogé le sens de l'expression « changer de vie ». L'acceptation de cette expression semblait faire consensus à nos yeux, et l'on ne nous a jamais demandé, au cours de nos entretiens, de préciser ce que nous entendions par-là. Il n'en demeure pas moins que nous n'avons abordé principalement qu'un seul aspect du changement de vie : celui du changement de carrière. Notre mémoire aurait pu – et peut-être même dû – être intitulé « La reconversion professionnelle dans la quête de sens ». Néanmoins, ce n'est pas par hasard que nous nous soyons focalisés sur les changements de profession en particulier. Les autres types de changement de vie relèvent souvent de la vie privée, et nous ne souhaitons pas interroger des individus sur leur intimité. Il nous est certes arrivé parfois d'aborder des sujets personnels au cours de nos entretiens, mais dans la plupart des cas, nous avons préféré éviter ce type d'intrusion dans le domaine privé, quitte à renoncer à des informations cruciales sur leur changement de vie. Nous tenons par ailleurs à remercier une fois de plus toutes les personnes qui nous ont accordé des entretiens : elles ont toutes été très coopératives et n'ont jamais reculé devant nos questions parfois difficiles.

Notre mémoire souffre également de l'absence d'une expérience, qui nous aurait été très utile pour étayer nos arguments de façon plus objective. Malheureusement, toutes les expériences qu'il nous aurait paru intéressantes de réaliser étaient tout à fait hors de notre portée, au vu de nos moyens limités. Il aurait fallu observer des individus sur plusieurs années, et analyser les conséquences d'un changement de vie ou d'un non-changement de vie sur ces personnes. Nous espérons avoir pu compenser cette déficience de notre mémoire par les douze entretiens que nous avons réalisés.

Nous regrettons aussi de n'avoir pas pu effectuer d'observation à l'antenne du Rocher, à Bondy, en raison des conditions sanitaires. Aude et Mayeul Coutansais nous ont cependant accordé un entretien très édifiant, qui nous a permis de prendre la mesure de ce que nous rations à cause du confinement. Il aurait été très instructif de

nous rendre sur le terrain, à Bondy, pour y voir concrètement, en action, des hommes et des femmes en quête de sens. En somme, notre mémoire est peut-être trop théorique, et manque certainement d'apports concrets.

S'il nous fallait poursuivre l'enquête, nous aimerions réaliser un nouveau sondage, plus précis, à une plus grande échelle, et l'exploiter à l'aide d'outils statistiques. Une fois de plus, nous avons manqué de temps et de moyens. Notre sondage a recueilli quelques 160 réponses, ce qui est acceptable pour l'usage que nous voulions en faire – à savoir, un usage plutôt illustratif que démonstratif - mais insuffisant pour en tirer un quelconque point de vue scientifique. Parmi ces 160 personnes, seules un quart avaient déjà réalisé un changement de vie. Des données recueillies sur un échantillon de personnes si restreint et si peu représentatif de la population ne sauraient servir d'argument scientifique.

Pour finir, nous aurions aimé nous intéresser à la question de la mode du changement de vie, mais nous ne voulions pas déborder hors de notre sujet, d'autant plus qu'un autre groupe de mémoire réfléchissait déjà à la question de la mode de la quête de sens chez les nouvelles générations. Toujours est-il que plusieurs personnes que nous avons interrogées nous ont expliqué que la question de trouver un métier qui fait ce sens ne se posait pas quand ils avaient notre âge. S'agit-il d'une mode qui finira par disparaître, ou pouvons-nous parler d'une révolution dans la manière d'aborder la vie et le sens qu'on lui donne ?

5. Bibliographie – autre que la liste de références théoriques citées plus haut

- Bullshit jobs, *David Graeber*, 2018
- Céline, *Voyage au bout de la nuit*, 1988
- Primo Lévy, *Si c'est un homme*, 1988
- Sylvain Tesson, *Un été avec Homère*, 2016
- Homère, *l'Iliade et l'Odyssée*
- Pierre-Noël Giraud, *L'Homme inutile, du bon usage de l'économie*, 2015

6. Annexes – entretiens et sondage

Dans un souci d'honnêteté intellectuelle, nous avons choisi de rédiger tous nos entretiens et de les proposer ainsi dans notre mémoire. Nous n'étions que rarement présents tous les quatre lors de ces entretiens, c'est pourquoi la mise en forme de ces témoignages varie. Mais ils ont tous été rédigés avec l'impératif de fidélité des propos tenus. Pour l'entretien avec Cédric Meston, nous avons eu la chance de pouvoir le réaliser sur proposition avec un autre groupe de mémoire, qui n'était pas sous la tutelle de Maître Bertrand Perier.

Entretien n°1 avec Tanguy Vaz

Après ses études à HEC, Tanguy Vaz est entré en 2014 chez Lazard puis Cinven en tant que stagiaire avant de travailler près de deux ans chez JP Morgan à Londres de 2016 à 2018. Il est aujourd'hui professeur à Espérance Banlieue pour les classes de 6^e, une association scolaire implantée dans beaucoup de banlieues dans le but de donner une chance aux enfants défavorisés de réussir. Nous avons interrogé Tanguy le samedi 11 septembre.

Lorsque vous faisiez vos études, saviez-vous déjà ce que vous voudriez faire dans votre vie ?

Lors de mon arrivée à HEC je n'avais qu'une idée vague de ce qu'était le monde de l'entreprise, et une idée encore plus vague de la finance. Mais, comme par évidence, c'est vers ce secteur que je me suis très vite orienté et dans lesquels je me suis spécialisé. Mes stages en banque d'investissement ont confirmé mon orientation et c'est dans la direction de la finance que je me suis lancé. J'ai donc su relativement tôt ce que je voulais faire, et j'ai aimé ce que je faisais ; c'était très stimulant car tout le monde se donnait à 200% dans ce qu'il faisait mais je dois dire que c'était aussi relativement pauvre intellectuellement et c'est ce qui me manquait.

Quel a été l'élément déclencheur qui vous a mené vers l'association Espérance banlieues et qu'est ce qui a motivé votre choix ?

En fait, il n'y a pas eu un seul facteur déclencheur. C'était un projet mûri depuis assez longtemps mais qui est né du fait qu'outre le côté stimulant et passionnant de mon métier, je sentais qu'il n'avait pas beaucoup de sens : je contribuais uniquement à donner de la valeur pour satisfaire les actionnaires. Toute mon attention était captée par mon travail : ma semaine entière était happée par un métier certes stimulant mais pas très intéressant. Et j'insiste bien dessus car sans le garder en tête on finit par faire un métier que n'importe qui d'autre peut faire et, finalement, on contribue à quelque chose qui ne gardera pas notre trace, notre empreinte. Et c'est ce qui manquait.

C'est donc d'une part ce déséquilibre de vie pour quelque chose qui, au fond, n'avait pas beaucoup de sens. D'autre part, il y a aussi un facteur plus spirituel. Plus spirituel car j'ai perdu la foi catholique de mes 14 ans à la fin de mes études. C'est cette « redécouverte » qui a aussi fortement contribué à ma reconversion, ou du moins à ma réorientation. Pour réfléchir à tout cela, je me suis accordé une année sabbatique au cours de laquelle j'ai pris le temps de savoir ce qui au fond de moi avait du sens.

Est-ce que cette transition a été douloureuse, quelles ont été vos peurs, les obstacles rencontrés ? Comment avez-vous vécu la transition ?

D'un point de vue personnel d'abord je n'ai à aucun moment eu à regretter mon choix. C'était une décision intime qui, je le savais, allait me rendre heureux. Il n'y avait pas vraiment d'obstacles ; mes proches en tout cas ne le furent pas car ils étaient dans l'ensemble heureux de me voir quitter un métier aliénant et dans lequel je n'avais pas le temps de souffler. D'un point de vue financier il n'y eu pas de difficulté car lorsque l'on est célibataire les choix prennent une autre tournure et ici il est assez facile de renoncer à un certain salaire pour faire quelque chose qui nous intéresse vraiment.

Êtes-vous plus épanoui aujourd'hui, trouvez-vous plus de sens dans votre métier ? Est-ce que vous vous projetez dans le long terme dans Espérances banlieue ?

On m'a dit une fois qu'il fallait chercher à réussir sa vie plutôt que de chercher à réussir dans sa vie. Mais comme je ne savais pas ce que ça voulait vraiment dire « réussir sa vie » j'ai cherché à défaut à réussir dans ma vie. Mais si je me suis trompé, je suis aujourd'hui beaucoup plus épanoui, et en paix.

Je suis plus épanoui dans le sens où ma vie est plus équilibrée et ce que je fais me plaît, même si le rythme est bien chargé. Je sens que j'ai un vrai rôle à jouer mais bien souvent il est difficile de lever le nez du guidon et de goûter à ce que l'on est en train de faire. Le rythme et la réalité de cette mission font que c'est assez difficile

puisque l'on sait ce que l'on sème sans vraiment savoir ce que l'on récolte. Donc la vision à long terme est délicate puisque nos résultats sont flous, en tout cas on ne les voit pas immédiatement.

Est-ce que vous auriez aimé vous tourner directement vers le social ou alors pensez-vous que votre expérience professionnelle dans la finance était une expérience enrichissante voire nécessaire pour prendre conscience de ce qui vous convient véritablement ? Pourriez-vous retourner à votre vie d'avant ?

Ce que je crois c'est que je ne me suis pas fermé les portes. Encore une fois j'ai vraiment aimé mon expérience dans la finance. Alors oui ça a aussi servi à me rendre compte de ce qui manquait à ma vie. Mais ça me permet aujourd'hui de me dire que les portes ne sont pas fermées et que je peux retourner travailler dans ce secteur. En fait j'ai une certaine sécurité qui fait que je ne me suis rien fermé.

Quelles qualités faut-il pour oser franchir le pas ?

Je dirais que les plus grandes qualités sont l'exigence et le souci de cohérence : il faut être en vérité avec soi-même. Être vrai, et sentir en soi que l'on est à sa juste place. Ce à quoi il faut faire attention c'est la cohérence de notre vie, son juste équilibre, son harmonie. Ma vie dans la finance était déséquilibrée. Je n'avais pas ou plus de vie sociale. Le souci de cohérence vous force à trouver une juste place. Et l'exigence parce qu'il faut être exigeant avec soi-même et se tirer vers le haut. Il faut faire ce qui est bon pour nous, et pas forcément ce dans quoi on est bon.

Que diriez-vous à la personne que vous étiez à 20 ans ? Quels conseils nous donneriez-vous ?

C'est une question difficile ! Je dirais à un jeune de 20 ans qu'il faut utiliser à bon escient son intelligence, savoir la mettre au service d'autrui et de la société. Il faut garder ce souci de cohérence et cette exigence d'avoir une vie unifiée. Il ne faut pas avoir peur de sentir des sentiers battus et peut être aussi ne pas avoir peur de se laisser porter par la vie et de saisir les opportunités de réussir sa vie.

Entretien n°2 avec Damien Zeller

Damien Zeller est boucher et propriétaire de deux boucheries. Juriste de formation, il a choisi de changer de vie après plus de vingt années passées dans de grands groupes, notamment Capgemini, où il a exercé la fonction de directeur commercial.

« Après un baccalauréat B et une maîtrise de droit, je n'avais pas de projet professionnel précis. J'ai effectué mon service militaire en tant que sous-lieutenant dans un régiment de parachutiste. A la suite de cela, j'ai été recruté en tant que juriste dans une boîte d'armement et d'affrètement maritime, où j'ai travaillé pendant 4 ans. J'ai ensuite exercé une fonction commerciale chez Capgemini pendant 4 ans, puis dans une autre structure

similaire pendant 6 ans, avant d'intégrer le comité de direction du service financier de Capgemini, où je suis resté 4 ans. Mais à partir de l'âge de 40 ans, je cherchais de plus en plus de sens à mon travail. »

« Je suis très attaché à ma région d'origine, la Corrèze, qui est une région spécialisée dans l'élevage de qualité. J'ai de la famille et des amis qui travaillent dans ce secteur d'excellence. Par ailleurs, j'ai beaucoup d'admiration pour les éleveurs, qui sont des gens passionnés, très investis et talentueux. C'est alors que m'est venue l'idée de la boucherie : c'est un secteur en lien avec mes racines, et qui participe à perpétuer un métier artisanal, en mettant en valeur des produits d'éleveurs de ma région. »

« Je souhaitais retrouver un métier plus humain et concret. Chez Capgemini, j'étais un maillon au sein d'une grande chaîne. Aujourd'hui, je ne suis pas que boucher, mais chef d'entreprise, avec 10 employés. J'ai une gamme d'activité très large : technique (je connais l'anatomie des bêtes), commerciale (je vends mes produits), stratégique (je mets actuellement en place un service de livraison). A cela s'ajoute la liberté d'être patron. Bien sûr, il y a une contrepartie à tout cela : je travaille beaucoup, je me lève généralement à 5h du matin. Avant ma reconversion, je ne m'imaginais pas du tout dans ce secteur. Puis, l'idée m'est venue naturellement. C'était évidemment une prise de risque. Mais j'avais le soutien de mon épouse, et comme je m'étais bien préparé, je n'avais pas d'inquiétude. Je m'étais notamment associé à un ami qui travaille dans un fond d'investissement, ce qui me permet d'échanger et d'avoir un avis extérieur. Mes parents n'ont pas cherché à m'en dissuader. Par ailleurs, après vingt ans passés dans des grands groupes, je n'avais plus rien à me prouver. »

« L'expérience que j'ai acquise dans mes fonctions précédentes me servent aujourd'hui, que ce soit mon expérience à Capgemini ou mon service militaire. Tout ce que j'ai fait auparavant était enrichissant et m'a permis de grandir. Par ailleurs, je n'aurais pas été en mesure de me lancer dans la boucherie immédiatement après mes études. »

« Aujourd'hui, je ne me ferme aucune porte, et j'envisage de m'engager éventuellement dans d'autres projets dans des secteurs complètement différents. »

« Si je devais vous donner un conseil, ce serait de ne pas rester dans un boulot pour l'argent. J'ai rencontré beaucoup de personnes qui se mentent ainsi à elles-mêmes. L'argent doit être un moyen au service de vos passions, et jamais une finalité. Alors écoutez l'appel de vos passions, puis, quoi que vous fassiez, soyez très exigeant envers vous-même. Parvenu à un certain âge, il faut bien prendre sa vie en main, et ne plus la subir. »

Entretien n°3 avec Pamela Balandras et Leila Descamps

Pamela Balandras est responsable du mécénat de compétences chez AXA Atout Cœur, et Leila Descamps est chargée du mécénat de compétences chez AXA Atout Cœur.

Pourriez-vous retracer votre parcours ? (À Pamela Balandras)

« J'ai 45 ans et trois enfants. J'ai étudié en école de commerce. J'y avais rejoint l'association humanitaire où nous faisons du soutien scolaire notamment. Pendant les vacances, je m'occupais de personnes en situation de handicap. Le monde associatif est quelque chose qui m'a toujours intéressée. J'ai toujours eu la fibre associative. Mais après l'école, je suis entrée dans le milieu du conseil, d'abord chez Cap Gemini, puis chez AXA, car je ne trouvais pas de poste en association. »

« Un jour, mon mari et moi avons décidé de partir en tour du monde. Après 6 mois, quand je suis rentrée, je me suis demandée : qu'est-ce que j'ai vraiment envie de faire ? Certes, j'aime bien mon métier, mais je suis loin de mes appétences. Comment pourrais-je allier au mieux mon métier et la partie associative que je fais par ailleurs dans ma vie personnelle ? J'avais le sentiment de toujours faire ce que l'on attendait de moi, étant donné que je n'avais pas de vocation déterminée. On m'a dit de faire un baccalauréat scientifique, puis une classe préparatoire, puis une école de commerce : c'est donc ce que j'ai fait. Après mon tour du monde, je me suis dit : qu'est-ce que j'attends de moi-même ? Ayant perdu mes parents, je ne me sentais plus obligée de répondre à leurs attentes. Je pouvais à présent faire ce qui me plaisait. »

« Mon mari avait instauré le mécénat de compétences chez Capgemini Consulting. Je trouvais cela formidable, et j'ai voulu faire la même chose chez AXA. Le mécénat de compétences existait déjà chez AXA, mais n'était pas encore très développé. Je suis alors partie pendant six mois travailler au siège des Restos du Cœur. De retour chez AXA, j'ai obtenu le poste de responsable du mécénat de compétences. C'est le poste que j'occupe actuellement, et qui me plaît vraiment. »

« En fin de carrière, ce qui motive nos collaborateurs à rejoindre le mécénat de compétences, c'est de faire une transition en douceur vers leur retraite. C'est un moyen d'accompagner nos collaborateurs vers une vie plus bénévole. Beaucoup restent bénévoles dans l'association où ils ont fait du mécénat. D'autres sont fatigués de leur vie professionnelle, ils perdent leur motivation et ne voient plus le sens de leur travail, et n'ont plus la flexibilité nécessaire pour acquérir de nouvelles compétences. Ils préfèrent transmettre toutes les compétences qu'ils ont acquises, via le mécénat. »

« En milieu de carrière, certains de nos collaborateurs cherchent à changer de voie. Ils se prouvent alors à eux-mêmes, grâce au mécénat, qu'ils sont capables de changer de milieu, de s'adapter à un nouvel environnement. Cela leur donne assez de confiance en eux pour revenir chez AXA et changer de métier. Cela leur permet aussi de se rendre compte qu'ils ont de nombreuses compétences à mettre à profit. Le mécénat agit comme un révélateur de compétences en fin de compte. Pour d'autres, le mécénat est l'occasion de découvrir un nouveau métier et d'acquérir de nouvelles compétences. Beaucoup voient ainsi le mécénat comme une chance énorme donnée par AXA de pouvoir passer du temps dans une association, et mettre à disposition leurs compétences, tout en maintenant leur salaire. »

« Le mécénat de compétences fonctionne encore principalement par le bouche à oreille, et demeure assez confidentiel, même au sein d'AXA. Nous avons encore du mal à valoriser le mécénat de compétences, car il est très difficile d'estimer l'impact social du mécénat de compétences, que ce soient les bienfaits pour l'entreprise, le collaborateur ou l'association. On ne peut pas faire figurer dans un tableau Excel le retour sur investissement du mécénat de compétences pour l'entreprise, car on ne peut pas quantifier les Soft Skills acquis par les collaborateurs. Cela dit, nous avons de plus en plus de demandes. Nous sommes contactés par ailleurs par beaucoup d'entreprises qui souhaitent mettre en place le mécénat de compétences. »

« Très peu de personnes quittent AXA à leur suite de leur expérience de mécénat. Beaucoup de collaborateurs, à la suite de leur expérience, demandent des missions plus concrètes et proches des clients. D'autres reviennent enrichis de leur expérience, et cherchent à s'engager pour une cause à leur échelle, comme l'environnement. Les collaborateurs sont souvent reconnaissants envers AXA : le mécénat participe ainsi à créer un attachement à l'entreprise. »

« Pour rester authentique et trouver du sens à notre travail, il faut avant tout se poser des questions sur soi-même, sur ce que l'on a envie de faire. C'est la question que je me suis posée un peu tard. Ce sont des questions qu'il faut se poser avant de se lancer dans le monde professionnel. Par ailleurs, il ne faut pas idéaliser les métiers : il y aura toujours des aspects négatifs. Enfin, il faut bien identifier nos valeurs, afin de ne pas être en contradiction avec elles dans notre vie professionnelle. »

**Pourriez-vous retracer votre parcours et expliquer ce qui vous a attiré dans le mécénat de compétence ?
(A Leila Descamps)**

« J'ai voulu m'orienter vers la RSE, car dans les associations, il y a très peu de budget, et j'aimais bien la rencontre entre le milieu associatif et le milieu d'une grande entreprise. Quand j'ai cherché mon alternance pour mon master de droit des affaires, j'ai cherché à rejoindre une fondation, en lien avec les associations. Je n'étais pas attirée par les postes de reporting en RSE. C'est une amie qui m'a parlé de l'offre de mission chargée du mécénat de compétences chez AXA. Je n'y croyais pas, car AXA était une des rares entreprises à avoir une association et non une fondation. Ce qui m'intéressait vraiment, c'est qu'AXA Atout Cœur organisait des centaines d'événements par an avec les associations. »

« Tant que le mécénat de compétences perdurera, j'aimerais y travailler, car c'est un dispositif que j'apprécie énormément. Par chance, il y a de plus en plus de métiers relatifs à la RSE en entreprise. A long terme, si je quitte le mécénat de compétence, je pourrais me tourner vers la RSE. Mais dans l'idéal, j'aimerais continuer à mettre en place des projets pour et avec les associations. »

« AXA Atout Cœur a été créé il y a plus de 30 ans, et a donc pu créer un réseau d'associations partenaires très large, selon trois branches : la protection de l'environnement, la lutte contre l'exclusion et la prévention des risques. »

« Souvent, nos collaborateurs cherchent des missions de mécénat directement liés à leur vie personnelle. Des parents dont les enfants sont malades s'engagent par exemple dans des associations de soutien aux enfants malades. Cela leur permet de s'investir dans une cause qui leur tient à cœur. Les collaborateurs peuvent également proposer un partenariat avec une association qui les intéresse. Nous cherchons à leur offrir une expérience personnelle et adaptée à leurs ambitions. »

Entretien n°4 avec Olivier Gomez

Olivier Gomez a été directeur d'hôpital dans le passé. Il est aujourd'hui agrégé d'histoire, professeur en classe préparatoire à IPESUP et dans l'enseignement secondaire.

« Au bout de sept ans de carrière en tant que directeur d'hôpital, sentant qu'il y avait un léger décalage entre ce que je faisais et mes aspirations les plus profondes, j'ai rejoint un syndicat et j'ai participé à la réforme Hôpital de 2007. Au bout de trois ou quatre ans, l'envie de changer était de plus en plus forte. J'ai donc demandé un congé de formation, qui permet à un salarié de partir en formation diplômante et de percevoir une partie de son salaire, dans le but d'une reconversion professionnelle. Je me suis inscrit en Master d'histoire, car mon diplôme de l'IEP de Paris ne valait rien pour entrer dans l'enseignement supérieur. De nombreuses universités m'ont

refusé, disant « qu'est-ce que c'est que cet imbécile qui veut devenir prof ? ». Une université à Lyon notamment avait immédiatement réorienté mon dossier vers la spécialité Histoire de la santé. Mais je voulais sortir de la santé. J'ai finalement trouvé une université qui voulait bien me préparer à l'agrégation par correspondance. J'ai été admis au deuxième essai. Depuis maintenant 10 ans, je suis professeur de l'enseignement secondaire, à la fois au collège, au lycée et à IPESUP. »

« Depuis que je suis collégien, j'ai envie de faire de l'histoire, c'est ma passion. Mon père m'a donné le goût de l'histoire. Il est pied noir et m'a élevé dans le souvenir des soldats perdus de l'Algérie française. Il m'a fait lire des livres très tôt autour de ces aspects-là, et a développé chez moi une envie de servir la nation. J'ai intégré Sciences Po pour lui faire plaisir, au moment où j'aurais dû lui dire que je voulais faire de l'histoire et devenir professeur. Dans ma famille, cela était inconcevable, il ne fallait pas être fonctionnaire. A Sciences Po encore, je voulais faire de l'histoire, je ne voulais pas devenir directeur d'hôpital. Mais j'ai finalement accepté l'idée de faire de l'histoire un hobby. Je m'étais dit : « Tu travailleras pour gagner ta vie, et à côté de cela, tu liras les livres que tu aimes, et tu iras visiter des musées et des châteaux forts avec tes enfants. » Outre mon désir d'enseigner, j'aimais l'idée de servir la nation, c'est pourquoi j'ai préparé l'ENA, ainsi que le concours de directeur d'hôpital, et ayant échoué à l'oral de l'ENA, je suis devenu directeur d'hôpital. Mais c'était une erreur de casting. »

« Les dix ans que j'ai passés en tant que directeur d'hôpital, je ne les regrette pas une minute. C'est un métier passionnant, j'ai appris beaucoup de choses, et je suis très heureux de ne pas avoir commencé comme professeur, car j'ai ainsi une ouverture sur d'autres milieux, j'ai été confronté à des situations professionnelles et humaines très enrichissantes. Mais au bout de sept années, je me suis dit qu'il fallait que je fasse autre chose, car c'était très usant, et surtout parce que je n'arrivais pas à faire de l'histoire en hobby, car les fonctions de directeur d'hôpital sont extrêmement prenantes. »

« La période de transition est la pire période. Quand j'ai quitté mon poste de directeur d'hôpital, tout le monde m'a dit : « tu es fou, c'est n'importe quoi, tu vas t'emmerder, cela ne peut pas te plaire, tu vas déchanter et vouloir revenir ». Dans ma famille, cela a été dur. Mon père a fini par accepter, mais il a trouvé cela complètement stupide au début. Il aurait aimé soit que je rejoigne la fonction publique, soit que je devienne cadre d'entreprise. Finalement, je me suis orienté vers ce qui était le plus détesté dans ma famille : le prof. J'ai adoré retourner à la fac avec des jeunes, je me suis bien intégré à 40 ans. Les professeurs étaient géniaux, c'était fabuleux. Sur le plan intellectuel, la formation s'est bien passée. Par contre, au sein de mon couple, cela a été horrible. Quand on est un couple, si l'un des deux n'est pas dans l'affaire, cela ne peut pas marcher. Il faut que les deux soient complètement certains, parce que le changement est extrêmement dur. J'ai perdu mon logement de fonction et mes primes, avec trois enfants en bas âge, et une épouse qui commençait à peine son nouveau travail d'infirmière après avoir quitté son poste de cadre supérieur chez Danone. J'étais obligé de louer un

minuscule appartement, qui n'avait rien à voir avec l'immense logement de fonction dans lequel nous habitions auparavant. Il a fallu vivre ainsi pendant deux ans dans l'incertitude, car je pouvais très bien échouer à l'examen, avec trois enfants qui ont vécu la transition comme un traumatisme. Les tensions au sein de la famille ont été maximales pendant ces deux années. »

« J'ai finalement réussi le concours, et j'ai été affecté dans une zone d'éducation prioritaire. J'ai tout de suite adoré et je me suis bien intégré, sans jamais dire d'où je venais. Lorsque les gens découvraient ce que je faisais avant, même sentiment d'incompréhension : « qu'est-ce que tu viens faire ici ? » J'ai adoré le contact avec les jeunes, j'ai adoré transmettre, je me suis rendu compte que c'était réellement ce que je voulais faire depuis que j'étais petit. J'aime préparer les cours, et corriger les copies ne me pose aucun problème. Ce que j'appréhendais le plus, c'était le rapport avec les élèves. Mais globalement, cela s'est très bien passé, tant avec les collégiens qu'avec les lycéens. J'ai senti que j'arrivais à transmettre des choses aux jeunes, et que j'avais enfin la possibilité de transmettre tout ce que j'avais lu pendant des années. Je n'ai aucun regret, clairement. L'épanouissement est complet. Par ailleurs, à mon âge avancé, même si je le souhaitais, je ne pourrais pas me projeter ailleurs. J'ai eu des propositions pour faire autre chose : on m'a proposé d'entrer au service historique de la défense, et j'ai refusé car je préfère ce que je fais aujourd'hui. »

« Mon père m'a fait découvrir un auteur qui a joué un rôle majeur dans ma formation : c'est Raymond Aron. Cette découverte a été une révélation pour moi. Ma passion pour l'histoire est née de trois choses : mon histoire familiale, la lecture d'auteurs comme Aron et le cinéma. On était alors dans une période où la famille avait un projet pour les enfants : le but était une ascension sociale. Mais l'avenir que l'on projetait sur moi, je l'ai interprété différemment. »

« Quand j'ai décidé de devenir directeur d'hôpital, outre l'aspect de service à la communauté, la motivation était financière : l'idée était de gagner de l'argent, et de faire de l'histoire en parallèle. Quand il a fallu changer, l'argent a été le principal frein, au-delà des critiques de toutes parts. Du jour au lendemain, j'ai perdu les primes, le logement de fonction, et pendant la phase de congé de formation, je ne touchais plus qu'une partie de mon salaire. Le sacrifice a été immédiat et brutal. J'ai accepté de limiter mes prétentions financières pour faire le travail qui me plaisait. J'ai privilégié le sens du travail, le plaisir au travail, à l'aspect financier, et ce parce que l'aspect financier ne compensait pas les désagréments que je rencontrais auparavant, notamment le stress professionnel et le sentiment d'incomplétude. »

« Si vous avez une passion dont vous pouvez vivre, n'en faites pas un hobby, cela ne marchera jamais. Il faut qu'elle soit matérialisée dans ce que vous faites le plus dans la journée. C'est le principal conseil que j'aurais à donner. Et dans la mesure du possible, ne vous trompez-pas, car le changement est violent et plein d'angoisses. Ne vous auto-censurez pas au moment de faire des choix, affirmez ce que vous voulez faire. Si vous avez une idée au fond de vous, il faut la porter, car à un moment, elle resurgira. »

« Le changement devient indispensable le jour où vous vous dites : « Si je continue, je vais perdre en motivation et je n'arriverai pas à m'engager pleinement dans mon travail ». Si j'avais continué en tant que directeur d'hôpital, j'aurais fini par mal faire mon travail. »

Entretien n°5 avec Sylvaine Pascual

Ancienne professeure de prépa, Sylvaine Pascual est devenue coach professionnelle, elle accompagne ses clients dans leur quête de sens en proposant une nouvelle forme de coaching

Pouvez-vous expliquer brièvement comment vous accompagnez les personnes voulant effectuer une reconversion professionnelle ?

Avant, la reconversion faisait peur, elle représentait une prise de risque mais beaucoup de personnes étaient toutefois intéressées. J'ai donc développé une méthodologie propre qui propose une nouvelle approche et un programme par étapes, la durée de l'accompagnement dépend uniquement du client. Il s'agit d'un travail en adéquation avec la personne concernée ce qui diffère de la méthode des autres coachs qui s'appuient en grande partie sur un bilan de compétences.

Deux axes sont essentiels pour accompagner ces personnes : la connaissance de soi et notamment la dimension culturelle (les aspirations diffèrent selon la culture nationale et l'identité). Le travail de construction personnelle et l'identification des besoins professionnels est fondamental. Aucun métier ne rend heureux par nature même s'il fait appel à des compétences que l'on aime, pour qu'il plaise vraiment, il faut aussi que les conditions dans lequel il s'exerce plaisent à l'individu. Nous n'évaluons pas seulement les compétences (notamment pour les reconversions complètes les compétences de l'ancien métier deviennent souvent inutiles) mais plutôt les appétences.

L'autre axe majeur est l'exploration, c'est en explorant la réalité des métiers que les gens peuvent déterminer si une activité leur plaît ou non, il y a beaucoup d'illusions sur les métiers comme par exemple le métier d'influenceur sur internet.

Quelles peuvent être les raisons de l'échec d'une reconversion professionnelle ?

Il y a deux raisons majeures d'échec : soit le projet est tronqué au regard de la personne, soit la personne manque de compétences (par exemple n'arrive pas à convaincre ses clients). Ce manque de compétences peut être amplifié par un manque de confiance en soi qui a notamment un impact sur la capacité à convaincre.

Quels sont les principaux freins à la reconversion professionnelle ?

Il ne faut pas négliger l'importance des relations familiales et des héritages comme par exemple la transmission des valeurs de travail (les « faux métiers »). Par exemple, de nombreux jeunes de 20 à 30 ans ont du mal à annoncer à leurs parents qu'ils veulent se reconvertir. Il est important de déconstruire ces représentations qui en dissuadent beaucoup. (C'est le frein principal)

Au contraire, le frein financier est souvent surestimé, en effet les gens peu qualifiés ont moins de mal à se reconvertir que les gens plus aisés. C'est souvent un frein à cause des représentations. En effet, à partir de 35 ans, il y a ce qu'on appelle le syndrome de la cage dorée : les individus sont victimes de leur statut socio-professionnel : le milieu amical et familial est assez attaché aux représentations (avoir un appartement à Paris, une belle voiture). Or la reconversion peut se traduire par une baisse financière très nette au début et ces personnes n'admettent pas un changement de statut.

Toutefois, si les individus considèrent que leur prochain métier sera plus épanouissant, ils trouvent généralement les moyens. Les individus trouvent des solutions lorsqu'ils ont la motivation (étaler les formations dans le temps, chercher des emplois moins prenants, avec moins de responsabilités pour former leurs projets).

Est-ce qu'il y a un portrait type de la personne voulant effectuer une reconversion professionnelle ?

La plupart de mes clients sont des gens assez bien rémunérés, qui ont fait des grandes études. Mais il y a aussi des gens moins diplômés avec moins de revenus, ils sont d'ailleurs souvent plus débrouillards et mènent des reconversions dans des conditions plus difficiles. Toutefois, ces gens sont souvent dans une logique de faire bouillir la marmite et n'osent donc pas entreprendre une reconversion professionnelle.

Mais on n'a jamais deux fois le même genre de profil, il peut y avoir des gens qui depuis le début de leur carrière se posent des questions comme il peut y en avoir qui se décident beaucoup plus tard par autocensure. Assez souvent, cette décision vient après une épreuve de la vie comme un divorce, burn-out, licenciement, accident.

Parfois, ils ont déjà une idée mais n'osent pas l'approfondir, alors nous nous chargeons de la développer même si parfois il y a un sentiment général de perte de sens, de vacuité.

Diriez-vous que la reconversion professionnelle s'inscrit dans une logique de quête de sens ?

On parle beaucoup de la quête de sens mais finalement, les individus sont confrontés à la réalité et à ses contraintes. Par exemple, si le métier de soignant peut sembler riche en sens, aujourd'hui plus que jamais, beaucoup de médecins viennent me parler de reconversion à cause des conditions difficiles d'exercice de leur métier avec le COVID.

Est-il déjà arrivé qu'un individu revienne vers vous après avoir effectué une reconversion professionnelle ?

Cela arrive dans plusieurs cas : lorsque des individus que j'ai accompagnés ont besoin de développer leurs compétences et d'avoir plus d'informations sur leur nouveau métier. Il arrive aussi qu'ils aient besoin de s'assurer qu'il s'y prenne de façon pérenne et durable afin d'adapter leur nouveau métier avec leur personnalité. Il y a beaucoup de croyances sur les impératifs des métiers (un métier se passe comme ça, on est obligé de faire ça), il faut les déconstruire.

Pensez-vous que sans votre aide il y aurait moins de reconversions professionnelles ? Voyez-vous de fortes inquiétudes chez les personnes voulant effectuer une reconversion ?

Il y a dix ans, on sur-évaluait les risques de la reconversion, aujourd'hui on les sous-évalue, il y a un engouement amplifié par ceux à qui ça bénéficie (les coachs professionnels). S'il est vrai qu'il y a énormément d'intérêt, on nous fait croire qu'il s'agit d'un raz de marée de reconversion.

Or, il y a des personnes qui me contactent pour réfléchir à leur reconversion mais qui finalement ne se reconvertissent pas car elles se rendent compte qu'elles n'aiment pas les conditions d'exercice. Par exemple, il y a sept ou huit ans ces personnes représentaient 20% de ma clientèle, aujourd'hui, ils sont 45%.

Toutefois, les risques sont exactement les mêmes, ce sont les risques de se retrouver face à beaucoup d'obstacles, des difficultés, les individus ne voient pas que ce sont des chemins longs et compliqués (mais pas inintéressants ou impossibles). Dans tous les cas, ils permettent d'en apprendre plus sur soi-même.

Si les projets ne sont pas assez élaborés, la reconversion est souvent un échec. Ce n'est pas parce qu'un individu aime une activité qu'il va s'y épanouir. Par exemple, l'artisanat est aujourd'hui le métier de la reconversion mais si la reconversion n'est pas assez travaillée, elle se solde souvent par un échec. Par exemple, j'ai entendu parler d'un homme qui voulait se réorienter vers la menuiserie mais il voulait faire une menuiserie d'art. Cependant, vu qu'il n'avait pas assez travaillé son projet, il s'est retrouvé à faire de la menuiserie plus industrielle. Il a donc arrêté au bout de quelques années pour reprendre son métier d'avant.

C'est ce qu'on appelle le syndrome de la chambre d'hôte. Les individus s'orientent vers un métier qui finalement ne leur plait pas (ouvrir une chambre d'hôte était très à la vogue il y a quelques années mais c'est un métier prenant et qui consiste en grande partie à entretenir une maison). Ces personnes avaient une idée inadéquate de la réalité de ce que serait leur futur métier, c'est notamment le cas des coachs professionnels, il est très dur de vivre de cette activité.

On ne parle pas assez des désillusions aujourd'hui (alors qu'il y a dix ans on en parlait trop). Je cherche à être assez réaliste en ne cachant pas les nombreuses désillusions sans pour autant plomber.

Y-a-t-il une limite d'âge pour changer de vie ?

Contrairement à toute attente, la moyenne d'âge des fondateurs de start-ups est assez élevée, il est possible de suivre une formation assez tardivement. La limite réside surtout dans une limite d'envie. Je reçois des gens de tous les âges aujourd'hui.

Entretien n°6 avec Véronique Perrone

Après avoir été responsable dans un magasin de prêt à porter, Véronique Perrone s'est orientée vers l'industrie pharmaceutique où elle a travaillé pendant 26 ans. Cependant, elle a été obligée de changer de vie lorsque son entreprise a mis en place un plan restructuration sociale. Elle a pu toutefois bénéficier d'un plan de sauvegarde de l'emploi qui l'a aidée à retrouver une activité. C'est grâce à ce plan qu'elle a initié son projet de gîte. Si ce changement de vie a été poussé par l'entreprise, cette dernière a accompagné Véronique Perrone dans son projet que ce soit financièrement ou à l'aide de formations complémentaires. C'est cette sécurité financière qui a permis à Véronique Perrone de développer sereinement son gîte.

Toutefois, l'ouverture du gîte relève aussi d'une volonté personnelle. En effet, après 26 ans de carrière dans l'industrie pharmaceutique, Véronique Perrone avait l'impression que son entreprise lui en demandait trop, elle se rendit compte que son train de vie ne lui convenait plus. Elle était alors prête à tout pour changer. D'autres facteurs l'ont confortée dans sa décision, elle a toujours aimé accueillir du monde et ayant déménagé beaucoup auparavant, elle veut s'établir dans le sud pour y vivre. Aussi, elle bénéficie complètement du soutien de ses proches et de sa famille qui l'encouragent à franchir le pas.

Mais ce changement de vie ne lui convient pas, elle décrit cette volonté de changement de vie comme un piège et se réjouit qu'il existe des gardes fous (ici le plan de sauvegarde de l'emploi qui l'a accompagnée dans sa reconversion). De plus, cette reconversion lui a déplu à d'autres égards. Contrairement à ce qu'elle espérait, madame Perrone n'a pas trouvé la convivialité et le partage qu'elle espérait dans la gestion du gîte, ce qui lui a fait regretter le lien social qu'elle avait dans l'entreprise et qui lui a également fait prendre conscience de l'importance de l'appartenance sociale. En étant propriétaire du gîte, c'est le sentiment d'isolement et de solitude qui a pris le dessus. Enfin, sa nouvelle activité était moins stimulante intellectuellement que son poste dans l'industrie pharmaceutique.

Elle a donc décidé de se réinsérer dans l'industrie pharmaceutique en devenant assistante de direction dans une petite structure. Au bout de deux ans de gîte, son projet n'était plus viable pour garder son train de vie (seulement un cinquième de son ancien salaire) et elle commençait à tourner en rond. De plus, si elle avait été

appuyée par sa famille pour le projet de son gîte, beaucoup ne comprenaient pas pourquoi elle retournait dans l'industrie pharmaceutique. Mais elle était déterminée à retourner dans l'industrie pharmaceutique, ce ne fut donc pas un frein dans son projet.

Toutefois, elle ne considère pas le gîte comme une erreur. Au contraire, ça a été une expérience enrichissante et formatrice. Ce projet lui a permis de prendre le recul nécessaire sur son métier pour prendre conscience de son importance car, après 26 ans à travailler dans le même secteur, madame Perrone s'ennuyait et se sentait épuisée par le travail. Ce n'est qu'en le perdant qu'elle a pris conscience de ce qu'elle avait auparavant et de tout ce que ce travail lui apportait. La rénovation du mas Stella et la gestion du gîte ont donc été un projet très enrichissant, toutefois avec un peu de recul, Véronique Perrone pense s'être lancée trop tôt et aurait préféré prendre le temps de se poser avant de s'engager dans un tel chantier. Elle envisage maintenant de garder son activité pharmaceutique jusqu'à sa retraite. Si elle n'avait pas arrêté, elle ne se serait pas rendue compte qu'elle aimait vraiment l'industrie pharmaceutique et que ce domaine faisait sens pour elle. Cette reconversion a donc permis une introspection, une prise de conscience qui lui a permis de savoir ce qu'elle aimait. Ainsi, son activité dans le gîte lui a permis de se poser les vraies questions et de trouver le meilleur chemin de vie.

Entretien n°7 avec Alexandra Lorin-Guinard

Alexandra Lorin Guinard a travaillé en politique, dans des cabinets de l'Etat et au niveau communal. En 2019, elle ouvre avec son conjoint Les Jardins de Coppélia, un hôtel de luxe respectueux de l'environnement et novateur, en Normandie.

Parcours :

Madame Lorin Guinard étudie en sport-étude en danse classique, et obtient un baccalauréat de lettres. Elle étudie ensuite le droit à l'Université Panthéon-Assas, sans avoir de vocation particulière pour cette discipline. Au cours d'un stage à l'Assemblée nationale, elle rencontre Nathalie Kosciusko-Morizet, et se découvre un vif intérêt pour le monde politique. À l'issue d'un Master en droit public, elle devient conseillère de Nathalie Kosciusko-Morizet, qui est alors secrétaire d'État. Elle décide d'arrêter au bout d'un an et demi pour obtenir un DEA en droit de l'environnement. Elle est ensuite responsable juridique de la ville de Longjumeau, dont Nathalie Kosciusko-Morizet est le maire. C'est alors que l'idée d'un projet hôtelier lui vient avec son mari. Elle passe le concours de la fonction publique territoriale, et rejoint la mairie de Cabourg, qui lui sert de point d'ancrage pour

développer son projet. Après plusieurs années de réflexion et de travail, Les Jardins de Coppélia ouvrent en octobre 2019.

Ce qu'elle tire de ses expériences passées :

Lorsqu'elle travaillait dans le cabinet de Nathalie Kosciusko-Morizet, qui était alors secrétaire d'Etat, Mme Lorin Guinard vivait selon des horaires erratiques. Son rythme de travail et de vie était très intense, à raison de 15h par jour - et instable, ce qui a pu être moralement éprouvant. Par ailleurs, la place prestigieuse au sein d'un cabinet n'est que temporaire, puisqu'elle ne dure que le temps d'un mandat. Le sentiment de gravir l'échelle sociale ne dure pas : « Votre place, vous pensez l'avoir, mais c'est une illusion », explique-t-elle. En comparaison, le travail dans les collectivités locales comme à Cabourg est un monde à part : il y a très peu de moyens financiers, certains fonctionnaires sont peu investis. Néanmoins, son expérience en politique à la fois au niveau national et local lui a donné une vision globale de la fonction publique, qui lui est d'une grande utilité dans la gestion de son hôtel. Par ailleurs, ses expériences passées lui ont permis de se créer un tissu relationnel administratif et politique très utile. Mme Lorin Guinard ne pense pas qu'elle aurait été capable de réaliser son projet si elle n'avait pas pu se servir de ces expériences en politique.

Les origines du projet :

Mme Lorin Guinard a toujours été passionnée de tourisme et de voyage. Comme son mari partageait cette passion et avait déjà travaillé dans différents complexes hôteliers, notamment au Club Med, ils se lancent comme défi de créer leur propre hôtel. Nombreuses sont leurs tentatives qui sont restées infructueuses, la difficulté étant de convaincre les banques.

Les Jardins de Coppélia ont été créés à partir de l'idée novatrice de fonder « une maison de famille avec les critères de l'hôtellerie haut de gamme ». Mme Lorin Guinard et son mari ne recherchent pas les étoiles, ils veulent créer leur propre identité, leur propre concept, à savoir un lieu luxueux où les hôtes se sentent comme chez eux.

L'environnement tient une part importante dans leur projet, car c'est un sujet qui leur tient à cœur. Les produits du restaurant sont issus du circuit court ; la carte des vins est exclusivement biologique et nature ; des trottinettes électriques sont disponibles à la location.

« Quand on fait des choix de vie, il faut les assumer. Je suis une grande rêveuse. Si vous avez des rêves, rien n'est impossible mais il faut s'en donner les moyens, il faut faire des sacrifices. Et cela n'empêche pas d'avoir des grands moments de solitude, d'angoisse. »

La transition :

Au départ, Mme Lorin Guinard et son mari ont reçu de nombreuses critiques de la part de personnes qui ne croyaient pas en leur projet. Mais cela ne les a pas découragés, bien au contraire : ils aiment être mis au défi, se

dépasser et prouver aux autres qu'ils avaient tort de douter d'eux. Une certaine stabilité financière a été assurée au cours du changement de vie par le fait que Mme Lorin Guinard a maintenu son poste à la mairie de Cabourg, tandis que son mari s'est libéré pleinement pour le projet.

Bilan de ce changement de vie :

Mme Lorin Guinard est plus épanouie aujourd'hui, après son changement de vie. Elle est heureuse de s'être libérée du monde de la fonction publique, qui peut être assez étriqué : « il faut entrer dans un moule ». Créer son propre projet et le réaliser est une grande source de bonheur pour elle : « c'est comme avoir un enfant, vous voyez votre projet grandir ».

Son changement de vie a été « extrêmement salutaire » selon elle, et elle recommande ce type de renouvellement : « On est dans une génération où il n'y a pas qu'un seul métier dans une vie : il faut que cela bouge. Une vie ne se résume plus à un métier ; pour qu'elle soit enrichissante, il faut qu'elle soit variée ».

Par ailleurs, Mme Lorin Guinard a pu reprendre la danse, avec sa fille. « Quand on a des passions, elles reviennent toujours à un moment dans la vie. »

D'autres changements de vie envisagés ?

Pour l'instant, Mme Lorin Guinard souhaite se consacrer pleinement à son hôtel et à sa vie de famille. Elle n'exclut pas l'ouverture éventuelle d'autres hôtels sur le même modèle, mais ne pense pas se lancer dans un nouveau projet de nature différente.

Entretien n°8 avec Nathalie Gobin

Diplômée d'HEC, Nathalie Gobin a co-fondé Next Level Formation, une entreprise qui propose des formations pour acquérir des soft skills. Elle a également été comédienne, professeur de yoga, et elle participe aujourd'hui à la création d'une école Montessori.

Après une classe préparatoire littéraire, Nathalie Gobin entre à HEC, où elle s'investit dans l'association d'improvisation théâtrale de l'école. Elle obtient en parallèle une maîtrise de lettres, puis suit une formation professionnelle de comédienne. À la sortie d'HEC, elle fonde une entreprise d'enseignement des soft skills via le théâtre, Next Level, avec 11 autres diplômés de grandes écoles, et s'engage également dans une carrière théâtrale. Son activité de formatrice et consultante chez Next Level lui assure une sécurité financière, ce qui lui permet de s'engager dans divers projets sans se préoccuper de questions d'argent ; cela lui a permis notamment d'effectuer un tour du monde. Au bout de six ans en tant que comédienne, elle met un terme à sa carrière et devient professeur de yoga. Aujourd'hui, Madame Gobin fait beaucoup de bénévolat. Elle participe en outre à l'ouverture d'une

école Montessori avec son compagnon. La pédagogie Montessori a pour principe de laisser une grande autonomie à l'enfant dans son apprentissage.

Madame Gobin a été passionnée par le théâtre dès son plus jeune âge : le théâtre a longtemps été une ligne directrice pour elle, notamment au cours de ses études à HEC, puis au début de sa vie professionnelle. Mais depuis environ cinq ans, elle a tout simplement perdu l'envie de monter sur scène. C'est l'aspect spirituel et psychologique du théâtre qu'elle recherchait et qui lui plaisait : l'improvisation lui offrait notamment une autre perception de l'être, et elle y trouvait ainsi une forme de transcendance. Depuis, la méditation et le yoga ont remplacé le théâtre comme éléments porteurs de sens et de spiritualité dans sa vie. Le théâtre et la méditation ont ceci en commun qu'ils mènent à une certaine acceptation du réel et du présent.

Madame Gobin explique qu'elle n'a jamais changé de vie à proprement parler. Elle prend des directions différentes, des bifurcations, mais elle reste bien elle-même quoi qu'elle fasse. Le sens de sa vie n'est pas quelque chose qu'elle recherche à tout prix : c'est plutôt à posteriori que son parcours prend tout son sens. En écoutant son cœur, et en s'efforçant d'être au bon endroit à chaque instant de sa vie, le sens de sa vie apparaît de lui-même.

En choisissant une carrière artistique au sortir d'HEC, Madame Gobin a certes pu être blessée par le regard des autres, mais cela ne l'a jamais empêchée de faire ce qu'elle voulait. Par ailleurs, elle recevait aussi de nombreux encouragements de ses anciens camarades quand elle montait sur scène. Aujourd'hui, c'est plutôt l'inverse qui se produit : de nombreux anciens étudiants de sa promotion à HEC s'inspirent de son parcours atypique dans leur propre quête de sens.

Madame Gobin a une multitude de centres d'intérêts. Par exemple, elle est chargée d'enseignement à HEC Paris, où elle anime notamment l'atelier « La Fresque du Climat ». Elle essaie de ne pas trop prévoir son avenir, et préfère rechercher le sens au quotidien. Elle ne sait donc pas encore si elle fera de nouvelles reconversions professionnelles à l'avenir. En revanche, elle a l'intention de continuer à transmettre et à apprendre : deux désirs complémentaires pour elle. Madame Gobin ne regrette absolument rien dans son parcours : elle a toujours agi de sorte à n'avoir aucun regret plus tard, et les quelques échecs qu'elle a rencontrés lui ont permis d'apprendre et de progresser.

Entretien n°9 avec Caroline Vigneaux

Après une brillante carrière d'avocate, Caroline Vigneaux a décidé de changer du tout au tout sa vie, en se risquant à devenir humoriste. Elle nous a expliqué comment elle a effectué ce long travail de maturation d'un

désir ancré en soi depuis sa jeunesse. Aujourd'hui, Caroline Vigneaux se produit à Montreux, à l'Olympia ou au Grand Rex.

Pouvez-vous d'abord nous rappeler votre parcours ?

Caroline Vigneaux est issue de la petite bourgeoisie catholique. Elle a reçu une éducation catholique assez stricte, donc devenir humoriste était *a priori* exclu pour elle. Ce n'était même pas envisageable, donc elle ne s'était de fait jamais autorisée à se poser la question. Après une année de classe préparatoire aux écoles de commerce, Caroline Vigneaux se réoriente en droit, d'abord dans l'espoir d'intégrer HEC. Mais elle se découvre un intérêt pour le droit et se lance dans une carrière d'avocate. « J'ai choisi le métier d'avocate parce que c'est ce qui correspondait le mieux à mon univers. Mon changement de vie est lié à une mauvaise orientation. »

Pourquoi avez-vous décidé de quitter votre métier d'avocat pour devenir comédienne ?

Caroline Vigneaux nous explique qu'elle n'a pas changé de métier parce qu'elle n'aimait pas être avocate. Au contraire, elle aimait ce métier, il était stimulant et intéressant, et elle gagnait en outre très bien sa vie.

Il n'y a pas eu à proprement parler d'élément déclencheur de son changement de vie. « C'est comme un crash d'avion : ce n'est pas un seul événement qui va déclencher le changement de vie, c'est plein de petits moments. »

Mais un événement a certainement joué un rôle important dans son questionnement : la perte de son grand-père, et la prise de conscience qu'elle était mortelle, et que le temps à sa disposition pour réaliser ses projets est limité. « Je me suis alors posé la question suivante : est-ce que, sur mon lit de mort, je ne vais pas regretter d'être passé à côté de ma vie ? On ne peut pas tout faire dans une vie, mais il y a forcément une ou deux choses que l'on veut absolument faire, plus que tout. Je pense qu'il ne doit pas y avoir de sentiment plus horrible que de se rendre compte, sur son lit de mort, que l'on n'a pas fait, au cours de notre vie, la chose que l'on voulait faire plus que tout. »

Aviez-vous toujours eu un désir de monter sur scène ?

Caroline Vigneaux a toujours eu une appétence pour l'éloquence. Enfant, elle se battait déjà pour réciter des poésies à l'école devant tout le monde. Elle a toujours débordé d'énergie et elle a toujours aimé avoir un public. Sa vocation à monter sur scène et faire rire son audience était donc manifeste dès son plus jeune âge ; mais son cadre social et familial ne donnait tout simplement pas droit à cette vocation. Un jour, Caroline Vigneaux réalise un sketch un peu par hasard, dans le cadre d'un spectacle, et se rend compte, à son grand étonnement, que les gens rient dans la salle. C'est alors qu'elle se rend compte qu'elle a le potentiel de devenir humoriste.

Quelles difficultés avez-vous rencontré au cours de la transition ?

Caroline Vigneaux n'a pas connu le succès immédiatement, et a même fait l'expérience de moments embarrassants sur scène. « Un soir, je joue un sketch avec deux autres humoristes au Zénith devant 9000 personnes. Nous avons fait un énorme bide. J'étais seule sur scène pendant la première minute du sketch, et personne ne riait. Cela a été une très longue minute. En sortant, mes amis étaient dévastés, tandis que j'étais hystérique, comme shootée à l'adrénaline. Le lendemain, dans le train, je dis à un de mes amis : « C'est ça que je veux faire », et il me répond tout simplement : « T'as qu'à le faire ». C'était aussi simple que cela. »

C'est alors que Caroline Vigneaux finit par se promettre qu'un jour, elle ferait l'Olympia.

Elle nous raconte que le véritable choc a été de se rendre compte qu'elle était sur le point de « tout planter », de balayer d'un revers de la main toutes ces années passées à étudier le droit et à être avocate.

L'aspect financier a-t-il été un frein à votre changement de vie ?

Comme Caroline Vigneaux gagnait très bien sa vie en tant qu'avocate, elle avait les ressources pour effectuer la transition sereinement, sans se risquer d'être en situation financière fragile. La difficulté a plutôt été d'abandonner le statut social associé à son titre et à son salaire d'avocate. Lorsqu'elle a annoncé sa démission au cabinet d'avocats, on lui a proposé une augmentation ; on ne comprenait pas la raison de sa décision, car elle paraissait parfaitement épanouie à son poste.

Mais elle s'est rendu compte que le dilemme qui s'offrait à elle ne se résumait pas à choisir entre une vie de confort assuré en tant qu'avocate ou une prise de risque massive. « Il n'y a pas un bon choix et un mauvais choix : même si vous restez sur la même voie, vous n'êtes pas sûrs que cela continuera comme ça indéfiniment. »

Qu'est ce qui conditionne selon vous la réussite d'un changement de vie comme le vôtre ?

« Je pense qu'il faut du temps, et qu'il faut avoir le courage d'être honnête avec soi-même. »

Quel a été la réaction de vos proches ?

« Au départ, je n'en ai parlé à personne parce que je savais que c'était complètement irrationnel, et que personne ne pourrait comprendre mon choix, que je serais incapable de l'expliquer, donc je me suis lancée et je l'ai annoncé plusieurs mois plus tard. Lorsque j'ai dit à mes parents que je n'étais plus avocate, ils ont d'abord cru à une mauvaise blague. »

Caroline Vigneaux nous raconte que des personnes ont pu chercher à l'en dissuader, voire à la décourager. Lors d'un passage à « On ne demande qu'a en rire », l'émission de Laurent Ruquier, Jean-Marie Bigard, l'un des membres du jury, est allé jusqu'à lui dire – en direct – qu'elle était « trop jolie pour devenir humoriste ». Elle nous raconte qu'elle a mis trois semaines à s'en remettre.

Mais elle s'est toujours relevée après ces déconvenues et n'a jamais laissé des critiques lui entraver son chemin. Au contraire, la perspective de pouvoir prouver à toutes ces personnes qu'elles avaient tort de ne pas croire en elle était une source supplémentaire de motivation. « Ces gens-là ceux sont devenus des moteurs. »

Vous arrive-t-il de regretter votre passé d'avocat ?

« Je regarde mon ancienne profession un petit peu comme on regarde son enfance ou son adolescence une fois adulte : avec beaucoup de nostalgie mais sans l'envie d'y retourner. » Caroline Vigneaux n'a aucune envie de retourner au métier d'avocate aujourd'hui, bien qu'elle ait été heureuse en exerçant cette profession.

Envisagez-vous d'autres changements de vie ?

Caroline Vigneaux laisse toutes les portes ouvertes. Elle a un intérêt pour la mise en scène et travaille actuellement sur un projet de série télévisée.

Pour terminer, quel conseil donneriez-vous à des jeunes de 20 ans qui cherchent leur voie ?

Caroline Vigneaux nous incite à croire en nous-même et à faire confiance à notre instinct :

« Si toi tu ne crois pas en toi, comment veux-tu demander à qqn d'autre de croire en toi ? »

Elle insiste également sur la nécessité d'intégrer la part inévitable de peur qui nous habite pour en faire une énergie positive : « Les gens hésitent souvent à se lancer par peur de l'échec. Il faut savoir gérer la peur, elle vous paralyse si vous la laissez vous dominer mais elle devient motrice si vous l'acceptez. »

Entretien n°10 avec Cédric Meston

Cédric Meston est le fondateur de l'entreprise Nos Nouveaux Fermiers qui propose de la viande végétale. Cédric Meston travaillait, avant de créer cette entreprise, chez McKinsey, entreprise qu'il a quitté dans une optique de rechercher d'impact positif sur la société face à l'urgence écologique.

En prenant le métro hier j'ai vu votre campagne votre campagne d'affiches : qu'est-ce que vous en attendez ? Comment avez-vous construit ces affiches de communication ? Fondez-vous votre communication sur la transparence ? Qu'est-ce que vous cherchez à transmettre à travers cette campagne de communication ?

L'entreprise existe depuis 2 ans. J'étais avant chez McKinsey avec mon associé. On l'a quitté pour un projet qui a un impact. La viande représente 15% de l'émission de carbone en France. A l'échelle individuelle le meilleur moyen de réduire son empreinte carbone est d'améliorer son alimentation et on a voulu créer des alternatives qui plaisent autant aux mangeurs de viande que de la vraie viande et qui soient meilleurs pour l'environnement et pour la santé. On est les premiers à avoir ouvert une usine de viande végétale en France qu'on a ouverte depuis début septembre.

Sur le métro, c'est l'éducation du marché. Si vous regardez les marques véganes et végétariennes en France, 95% de leurs clients sont des végétariens et des véganes. Nous on est à l'ordre de 30% et 60% de flexitariens qui mangent de la viande mais veulent réduire leur consommation pour des raisons de santé, d'environnement et de bien-être animal. C'est ce marché là qu'on vise et l'objectif de cette campagne est d'éduquer les gens qui mangent de la viande au fait qu'il y a des alternatives végétales qui soient aussi bonnes. Donc la campagne est sur la tête du produit. On voit le produit version viande et version végétale. On veut montrer qu'il y a un produit qui a l'air aussi bon qu'un steak ou des aiguillettes mais qui soit végétal. Après « ceci n'est pas de la viande », c'est parce que c'était marrant, pour interpeler. Et l'idée est qu'on a repris l'identité visuelle des packagings et l'idée est que quand le client repasse en magasin, il se souvienne de l'affiche et la voit sur le pack. Et pour la petite histoire, on a eu exactement 24h pour faire l'affiche entre le moment où on nous a dit qu'on avait une opportunité dans le métro et les documents d'exécution.

Justement, cette affiche présente bien votre principal engagement qui est de proposer des produits végétaux plutôt que de la viande. Sur votre site internet, vous dites que vous souhaitez à terme développer le côté bio de votre production. Si ce projet aboutit, comment communiquerez-vous dessus ? Est-ce pour vous un argument commercial ?

On adorait avoir été bio et 100% Français dès le départ. Déjà 100% français c'est très dur. Et le bio, il n'y a aucun concurrent au niveau mondial qui a un produit bio. Il y a des ingrédients qu'on ne peut pas trouver en bio. C'est quelque chose sur lequel on travaille mais cela va prendre un petit peu de temps.

Je connais de nom l'entreprise BeyondMeat, est-ce l'un de vos concurrents, une source d'inspiration ?

En France, les 2 concurrents sont Beyond et Herta Végétal. Beyond, on est équivalents en taille en France et par contre, Beyond a une signature aromatique très américaine. C'est produit entre les États-Unis et les Pays-Bas, nous en France. On a déposé quatre brevets et toute l'innovation qu'on a faite est sur l'aspect santé. Nous n'avons aucun additif sauf un qui est bon, vert sur Yuka, et on a très peu de gras saturés (1,2% alors que Beyond en a 23%). Beyond est un peu comme tous nos concurrents : ils utilisent de l'huile de coco. Le gras de coco est intéressant car sa température de fusion est à 63 degrés ce qui fait que quand le gras est refroidi, il a une caractéristique pâteuse qui ressemble au gras de la viande. Toute l'innovation qu'on a fait est sur le fait d'avoir un côté saignant, juteux, sans utiliser du gras de coco. Nous, on utilise de l'huile de tournesol française. Si on met de l'huile de tournesol sur des protéines, elle va pénétrer dans les protéines et on va manger du gras sans sentir le gras. Nous arrivons industriellement à faire que l'huile enrobe les protéines sans les pénétrer ce qui fait que c'est très juteux et qu'on va avoir le gras quand on va le cuire.

Donc votre objectif est d'être plus sain que vos concurrents.

Exactement. Notre positionnement est sur l'aspect santé, avoir le produit le plus sain. On cherche à faire rayonner la France en Europe, développer la filière du végétal français en Europe car c'est bénéfique pour l'agriculture, pour l'industrialisation et on a une proposition à la fois gustative et d'ingrédients avec l'agriculture française qui est intéressante.

Nous avons regardé votre site qui fait assez jeune. Quelle est votre cible principale de consommateurs ?

On a une partie millenials et une partie plus de 40 ans. On a pas mal de clients jeunes mais aussi des clients plus âgés.

Est-ce que ces consommateurs appartiennent à une certaine catégorie sociale comme nous l'avons vu dans d'autres entreprises orientées bio et dont les produits sont généralement plus chers ?

On était persuadés que c'était le cas aussi pour nous mais en fait pas du tout. Le revenu moyen est aux alentours de 1800€. Comment je l'explique ? Il y a en fait beaucoup de jeunes dans nos clients.

Par rapport à votre gamme de prix puisque le prix influence beaucoup le profil des consommateurs, où vous situez-vous ?

On est premium. On est pour l'instant plus cher, comme la viande de bonne qualité. A la différence d'autres produits végétaux, on est au rayon viande. Notre objectif est de baisser progressivement les prix avec les volumes et à la fin être moins cher que la viande.

Vous pensez que c'est dû aussi à votre stratégie de communication ?

On est très présents sur les réseaux sociaux, Instagram, on fait pas mal de partenariats avec les influenceurs et je pense que cela joue pas mal.

Pour clôturer le thème de votre communication, est-ce qu'une communication doit être authentique pour être efficace ou est-ce que vous pensez qu'il y a des entreprises qui peuvent communiquer sans apporter réellement d'actes et que cela fonctionne ? Est-ce que vous pensez qu'une campagne peut être efficace sans être authentique ?

Pour moi c'est impossible. C'est lié au réachat et sans être authentique, le réachat va être très faible car les gens vont être déçus. C'est bien d'acheter une fois mais c'est encore mieux d'acheter plusieurs fois sinon on ne vit pas en grande distribution ou en restaurant si le taux de réachat n'est pas suffisamment fort. Donc la réponse est non. Il faut clairement être authentique, transparent sur tous ces points là car sinon, la stratégie n'est pas viable, même à moyen terme.

Vous pensez qu'il y a vraiment eu une prise de conscience des consommateurs des enjeux environnementaux et sociaux, particulièrement avec le confinement ?

Absolument. Le nombre de flexitariens c'est-à-dire qui mangent de la viande mais qui veulent réduire leur consommation pour des raisons de santé, d'environnement...29% avant le confinement et on est passé à 43% depuis. Il y a une grosse augmentation du nombre de flexitariens et cela montre que les gens sont de plus en plus sensibles à ça.

Sur votre développement : quels sont vos financements ?

On a levé 3 millions d'euros en début d'année auprès surtout de business angels (fondateur de sushi shop, ancien DG d'Innocent, Xavier Niel...). On travaille en ce moment sur une levée de fonds qu'on aura dans les mois qui arrivent.

Est-ce que vous avez une certaine pression de la part des personnes qui vous financent pour maintenir vos engagements et les amener encore plus loin ou avez-vous au contraire une pression pour faire du profit, grandir ? Dans quel sens va la pression que vous recevez ?

Il n'y a pas de pression. Ils sont très contents. C'est nous qui les contactons quand on a besoin d'aide.

Pensez-vous que la taille de votre entreprise peut être une contrainte future ? Est-ce que vous pensez qu'il sera facile de conserver vos convictions ?

Nous c'est l'inverse. Plus on grandit, plus on peut avoir de convictions parce qu'on fait de plus gros volumes. Un exemple sur le Made in France : au départ, on était produits en Europe, maintenant en France et dans quelques mois uniquement en France. Plus on grandit, plus on peut prendre des engagements forts et impactant.

Je voulais rebondir justement sur la question du sens de votre entreprise. Vous travailliez avant chez McKinsey avec votre collaborateur. Quel a été le déclic ? Pourquoi avez-vous eu envie de faire ça ? Comment transmettez-vous à vos employés le sens que vous voulez donner à cette entreprise ?

On était tous les deux passionnés par l'environnement et on a monté ce projet principalement pour des raisons environnementales. Ça se passait très bien chez McKinsey mais on voulait donner un sens à nos vies et avoir un impact positif sur l'environnement et sur notre société. C'est ce qui drive toutes nos décisions pour avoir des produits qui sont continuellement de plus en plus sains. Et tous les choix de l'entreprise sont axés vers cet objectif-là.

Par rapport à notre équipe, tous les gens qu'on recrute sont sensibles à ces points là et c'est pour ça qu'ils sont dans l'équipe. Il y a de très bons profils qu'on a refusés parce que justement, on trouvait qu'ils étaient intéressés par le projet entrepreneurial mais pas par l'aventure et qu'ils n'étaient pas animés des mêmes valeurs que le reste de l'équipe. On a une super équipe. Ça se passe super bien et c'est justement parce qu'on a tous les mêmes valeurs au fond et qu'on fait tous ce projet parce que derrière il y a un impact sur l'environnement.

Pour revenir sur votre changement de vie, comment s'est-il fait ? Y a-t-il un moment où vous vous êtes dit c'est maintenant ou jamais ? Qu'est-ce qui a guidé votre décision ?

Il y a plusieurs choses. On voulait faire ça depuis longtemps et cela s'est fait progressivement. Cela a pris au moins 6 mois entre le moment où on s'est dit qu'on voulait le faire et le moment où on s'est lancés.

Avez-vous rencontré des difficultés particulières pour la création de votre entreprise, pour créer une entreprise qui a autant de sens, un projet aussi ambitieux ?

On en rencontre tous les jours. Tous les lobbys de la viande nous attaquent. On a du harcèlement d'élèves sur Internet. Quand tu montes un projet, encore plus quand il change les choses, même si ce que tu fais dans le fond est très bien, tu fais face à des problèmes.

On avait vu que vous aviez des critiques de la part des producteurs de viande qui vous accusent d'utiliser des termes spécifiques.

Oui mais on a le droit, donc on le fait.

Avez-vous le sentiment, en ayant créé cette entreprise, que vous avez un rôle de sensibilisation pour le consommateur ?

Clairement. Chaque magasin dans lequel on est, on voit une forte augmentation des ventes. C'est parce que les gens sont de plus en plus intéressés par ces thématiques. Les gens qui mangent de la viande n'achetaient avant absolument pas ce type de produits maintenant ils commencent. Cela nous conforte dans le fait qu'on a de l'impact.

Pourquoi avoir choisi de reproduire de la viande plutôt que d'imaginer quelque chose de nouveau ?

Des gens le font déjà. Le problème est que le marché n'est pas éduqué pour ça et que dans la tête d'un Français, un bon repas comprend un morceau de viande. Le faire passer d'un morceau de viande à ce qu'on a n'est déjà pas évident mais le faire passer à complètement autre chose est encore plus compliqué. C'est pour ça qu'il y a beaucoup de trucs bons et différents, plein de startups se lancent dedans, mais 99% du marché est végétarien ou végane.

Normalement, les gens prennent nos produits, s'aperçoivent qu'il y a des plats bons et végétaux puis vont vers ces produits-là. On développe le marché végétarien en fait.

Vous êtes engagés dans l'environnement mais avez-vous aussi des préoccupations sociales ?

On suit les recommandations B Corp sur ces domaines. Ce n'est pas une des priorités stratégiques de l'entreprise mais on les suit.

Pour conclure, si vous deviez dessiner l'entreprise du futur, comment la dessineriez-vous, quelle place donnez-vous aux enjeux environnementaux et sociaux dans les années qui viennent ?

Pour moi, c'est aussi important que les sujets économiques. Il y a une métrique qu'on va créer mais qui n'est pas encore suivie qui est le coût/impact environnemental de l'entreprise. Typiquement, notre entreprise est positive dessus. Dans tous les choix qu'on fait, on prend ça en compte autant que l'impact économique. Plusieurs fois, on avait des opportunités qui nous auraient fait beaucoup grossir en termes de chiffre d'affaire mais qui n'avaient pas de sens au niveau environnemental et qu'on a donc pas fait. Je pense que ça va évoluer progressivement.

On a des réponses variées avec des gens qui nous disent que c'est un peu utopique, que rien ne va vraiment changer.

Mais ces gens ont 50 ans. Quand on voit toutes les décisions qui sont prises, cela n'aura pas beaucoup changé d'ici 5 ans mais à plus long terme, quand ces gens seront à la retraite, c'est sûr.

Entretien n°11 avec Adeline Fleury

Adeline Fleury a commencé sa carrière en tant que journaliste. En 2015, elle décide de prendre la plume pour écrire ses propres histoires et devient romancière. Elle est notamment l'auteur du roman Rien que des mots et de l'essai Petit éloge de la jouissance féminine.

Pourriez-vous d'abord nous décrire votre parcours académique et professionnel ?

Adeline Fleury est de formation littéraire : elle étudie en classe préparatoire littéraire, puis obtient une maîtrise de langues. Dès l'âge de 18 ans, elle effectue, en parallèle de ses études, des stages dans le milieu de la presse, et se découvre une appétence pour le métier de la presse écrite. Mais plutôt que de passer par une école de journalisme, elle obtient la possibilité de rejoindre une maison de presse, pour se former directement au métier de journaliste. Elle devient reporter au *Journal du Dimanche*. Elle y mène différents types de missions : des faits divers, des portraits de personnalités célèbres, etc. Ses reportages l'amènent à voyager, au Vatican notamment pour suivre le fait religieux.

Pourquoi avez-vous décidé de quitter le *Journal du Dimanche* ?

Au bout de 15 années, Adeline Fleury décide de quitter le *Journal du Dimanche*, car elle souhaite écrire ses propres livres mais n'a pas assez de temps pour le faire. S'intéressant au thème de la féminité, elle publie un essai intitulé *Petit éloge de la jouissance féminine* en 2015. Elle publie également un roman, *Rien que des mots*, en 2016. Lorsqu'on lui offre le poste de Chef du service culture du journal *Le Parisien*, Adeline Fleury accepte, car elle est intéressée par la mission de diriger une équipe. Mais en 2020, elle choisit de quitter le journal pour se consacrer pleinement à l'écriture d'essais et de romans. Elle souhaitait passer la majeure partie de son temps à écrire ses romans. Elle vit aujourd'hui de sa plume.

Quel sens l'écriture de romans vous apporte-t-elle, comparé à l'écriture journalistique ?

Si Adeline Fleury a choisi de mettre de côté sa carrière de journaliste pour écrire ses propres livres, c'est que l'écriture romanesque a plus de sens à ses yeux. « Le roman va plus loin que l'écriture journalistique, qui relate un quotidien et raconte le monde ; le roman a un regard plus audacieux, plus affuté. L'écriture romanesque offre une liberté incroyable. Elle nous donne le pouvoir de créer un monde dans le monde ». Adeline Fleury nous explique que dans le roman, on peut toucher, à travers une fiction, à une universalité de l'expérience humaine.

Certes, lorsqu'elle écrit, elle part toujours de son histoire personnelle, mais elle le fait dans l'espoir que cela fasse écho chez d'autres personnes. Le « je » narratif devient un « je » universel.

Quel sens cela a-t-il pour vous d'écrire sur la féminité ?

Adeline Fleury a commencé à écrire sur le thème de la féminité un peu avant le mouvement MeToo, et ce, un petit peu par hasard, à partir de son expérience personnelle. Elle tenait en particulier à écrire sur le corps de la femme, et les nombreuses crispations dont il peut souffrir dans notre société. Elle n'est pas militante féministe en-dehors de ses écrits. « Mon militantisme, c'est mes textes », nous explique-t-elle.

Si Adeline Fleury a beaucoup écrit sur la féminité, elle aimerait aussi écrire d'autres genres de romans, comme des romans d'aventures dont l'histoire se déroule au XIXe siècle. Elle ne souhaite surtout pas s'enfermer dans une thématique unique – même si certains éditeurs le voudraient.

Quel rôle votre père a-t-il joué dans votre vocation à devenir écrivain ? A-t-il essayé de vous orienter sur cette voie ?

Adeline Fleury est la fille de Georges Fleury, l'auteur de plus d'une cinquantaine d'ouvrages, principalement historiques, mais aussi romanesques. Si Adeline Fleury a grandi en voyant son père écrire du matin au soir, elle n'avait pas pour vocation initiale de devenir écrivain elle aussi. Elle voulait au contraire s'émanciper et trouver sa propre voie. De même, son père a plutôt cherché à la dissuader d'une carrière d'écrivain, car il savait combien il est difficile de vivre de sa propre plume, et il l'a plutôt encouragée à suivre la voie du journalisme. Il cherchait à la protéger des difficultés – à la fois financières et psychologiques – inhérentes au métier d'écrivain.

Comment avez-vous vécu la transition de journaliste à écrivain ?

Effectuer la transition de journaliste, employée d'un journal, à écrivain indépendant, n'est pas chose facile. Adeline Fleury se fixe donc des plages horaires pour écrire, et s'astreint, coûte que coûte, à écrire tous les jours, ne serait-ce que quelques lignes. En effet, l'inspiration se provoque en écrivant, car l'écriture se nourrit de l'écriture. Écrire chaque jour est d'une importance primordiale. « Quand un livre vous habite, il faut entretenir la machine. »

Comment vous organisez-vous lorsque vous écrivez un roman ?

Adeline Fleury a un style d'écriture plutôt intuitif. Comme ses histoires ne reposent pas sur une série de rebondissements minutés, elle n'a pas besoin de planifier à la lettre près le déroulement du récit avant de l'écrire. Elle préfère poser une atmosphère, à partir d'une image forte qu'elle a en tête, comme un réalisateur de film. Une fois qu'elle s'est fixée une première scène, le reste du récit en découle. L'écriture de la première ébauche du roman peut alors aller très vite : en travaillant du matin au soir, cela peut ne prendre qu'un mois. Elle corrige ensuite les éventuels défauts de son récit, par petites touches.

Avez-vous eu des doutes au moment d'effectuer la transition ?

Adeline Fleury a pu avoir des doutes au moment du grand saut, mais c'est le doute en un sens qui est moteur. Il lui est notamment arrivé d'essayer des refus auprès d'éditeurs. Ce n'est jamais agréable, mais cela permet de se remettre en question et, en définitive, d'améliorer le récit, nous a-t-elle expliqué.

L'aspect financier a-t-il été un frein à votre changement de vie ?

À l'heure actuelle, Adeline Fleury ne vend pas encore assez de romans pour ne vivre que de cela. Mais en plus de ses romans et de ses essais, elle prête sa plume en écrivant divers textes pour le compte d'autrui, ce qui lui permet de vivre uniquement de sa plume et de son écriture. Elle anime également des ateliers d'écriture en parallèle. Néanmoins, une incertitude financière persiste, car elle ne peut jamais être sûre que ses éditeurs publieront ses prochains romans, il n'y a aucune assurance de ce point de vue-là.

Quelle a été la réaction de vos proches, de vos amis, lorsque vous avez annoncé que vous quittiez la presse ?

Le père d'Adeline Fleury a d'abord essayé de l'en dissuader, car elle avait un bon poste au *Journal du Dimanche*, et car il connaît très bien les difficultés financières que peut rencontrer un écrivain. Mais globalement, ses proches l'ont encouragée et étaient de son côté. Elle a même reçu un soutien indéfectible de certains de ses collègues du *Parisien*.

Vous sentez-vous plus épanouie aujourd'hui ?

Adeline Fleury se sent à sa juste place aujourd'hui. Ce n'était pas encore le cas lors de ses premières années en tant qu'écrivain, avant d'avoir été chef du service culture chez *Le Parisien*. Aujourd'hui, elle a l'impression d'avoir fait le tour du journalisme, cela ne lui correspond plus vraiment. De plus, comme elle n'apprécie pas particulièrement de travailler dans des hiérarchies, elle préfère l'indépendance relative de l'écrivain et apprécie le sentiment d'être « sa propre patronne ».

Adeline Fleury a donc bien trouvé sa voie par l'écriture, malgré une certaine peur de ne pas être à la hauteur au départ. Elle a trouvé un style d'écriture qui lui correspond bien, le style de l'intime. Son père lui a même confié qu'il serait incapable d'écrire les romans qu'elle écrit.

Envisagez-vous d'autres bifurcations dans votre carrière ?

Adeline Fleury n'exclut pas de retourner un jour au métier de journaliste, ni encore de rejoindre un jour le monde de l'édition. Ce sont en effet des milieux poreux, et les métiers sont perméables.

Quel conseil donneriez-vous à un jeune de 20 ans qui cherche sa voie ?

Adeline Fleury constate que sa génération était moins guidée par le sens, et que le profit matériel était souvent recherché en priorité par les personnes de sa génération. Elle remarque aussi que beaucoup de personnes se

retrouvent aigris à 40 ans, car ils ont laissé la frustration s'insinuer dans leurs vies. Elle nous conseille de toujours nous astreindre à nous recentrer sur nous-même dès lors que l'on sent une frustration émerger. « Si vous avez une intuition, ne vous laissez pas parasiter par ce que les autres pensent. Ne laissez pas la société vous dicter ce que vous devriez être. »

Entretien n°12 avec Aude et Mayeul Coutansais

Aude est bénévole et Mayeul travaille à 100% au Rocher même s'il a gardé une possibilité de retourner à la BNP après la mission des 3 ans.

Quel est votre rôle au sein du Rocher ?

Tout d'abord l'objectif de l'association née il y a 20 ans est de remettre du lien social dans les quartiers difficiles. L'aspect humain est donc au cœur de notre travail. On organise la rencontre des personnes intra-cité et hors cité. L'hospitalité des gens est un point essentiel, d'ailleurs pour nous tout le monde est bénéficiaire car les bénévoles bénéficient de l'accueil et de la joie des personnes vers lesquelles ils vont.

L'antenne de Bondy se compose d'un couple avec une famille (nous), responsable de l'antenne, et des volontaires du service civique qui s'engagent pour une période de quelques mois à un an ainsi que des bénévoles de tout horizon.

Y a-t-il beaucoup de bénévoles ou de volontaires qui décident de s'engager pleinement au rocher après une expérience ?

Non, les couples qui viennent s'engager sont généralement assez jeunes (30 ans) et n'ont pas été bénévoles avant.

Comment avez-vous découvert l'association ?

Nous sommes membres de la communauté de l'Emmanuelle, fondatrice de l'association, mais ce qui nous a fait tout quitter c'est notre histoire : on a eu une vie assez confortable avec toutes les sécurités financières et affectives et on avait envie d'un projet de couple, avec le souhait de se mettre au service des autres. On voulait aussi faire quelque chose en famille.

Aude : je suis devenue infirmière entre 2015 et 2018 et c'est une expérience qui m'a fait quitter mes préjugés et m'a donné le sens du contact (notamment avec les patients en fin de vie). Cette expérience m'a vraiment bouleversée et j'avais envie de vivre une expérience forte et de la vivre à 100%. Le fait de vivre sur

place et d'être immergé à 100% tout en faisant quelque chose en famille où chacun de nous peut s'investir est vraiment très intéressant. Il y avait également le challenge : challenge de s'installer dans la cité, dans un petit appartement, de quitter notre confort et notre mode de vie pour se mettre au contact d'une population plus vulnérable.

Mayeul : On m'avait proposé plusieurs fois des rendez-vous avec des jeunes défavorisés lorsque je travaillais dans la banque et j'avais du mal à les conseiller, à me mettre à leur place. Je vivais cela comme un échec parce que je n'avais pas l'impression d'avoir un engagement assez radical pour pouvoir vraiment être au service de ces personnes. Il y avait donc une vraie réflexion sur ma méthode de travail, sur l'engagement et le sens du travail. Notre fille ainée nous a aussi vraiment challengés en nous poussant à nous engager vraiment authentiquement.

Quelles ont été les réactions de vos enfants ? De votre famille et de vos proches ?

Les enfants : ils nous ont vraiment supporté et ont approuvé le projet. Ils nous ont fait confiance et nous ont suivis. Notre fille ainée a également entraîné toute la fratrie car elle était très motivée pour ce changement.

Les proches : En revanche nous avons assez mal vécu l'annonce à nos proches car on ne s'attendait pas du tout aux réactions très enthousiastes qu'on a reçues. On a toujours essayé de garder la tête froide parce qu'on s'est aperçus que nos amis nous prenaient en quelque sorte pour des héros, parce qu'on faisait quelque chose qui leur semblait tellement généreux, alors que pour nous c'était plus un appel de dieu, une question personnelle, de foi et un projet de famille.

La famille : on a eu toutes les réactions, soit ils étaient vraiment emballés et on devient alors le centre de l'attention, ce qui est gênant, soit ils ne disent rien et c'est encore pire, en général c'est qu'ils ne comprennent pas notre engagement mais il y a forcément un moment où la glace se brise. La meilleure explication c'est d'arriver à faire venir les gens sur place pour leur montrer ! Par exemple, mon beau-frère était très réticent, puis ma fille et une de ses amies de Bondy sont allées faire du babysitting chez lui et cette rencontre a été une sorte de révélation. Il a vraiment changé son regard sur notre engagement et sur les banlieues ...

Est-ce que vous regrettez de vivre au cœur de la cité ?

Le fait de vivre ici c'est vraiment le cœur de notre engagement : ce n'est pas de la théorie, on est là H24 et on vit l'expérience à fond et on ne quitte pas l'ambiance ou les problèmes à la sortie du bureau. Certes tout n'est pas toujours tout rose et la plupart des clichés sur les banlieues sont vrais (drogue...) mais on considère que c'est une vraie chance de vivre ça de près. On voulait vraiment vivre une expérience radicale pour changer notre regard, convertir notre regard. On essaie de vivre cette expérience à fond et de faire comme tout le monde d'ici, même si on ne sera jamais des gens de la cité, on veut s'impliquer à fond dans l'expérience. Ça nous apporte aussi une vraie satisfaction personnelle parce qu'on voit l'effet concret de nos actions, on sait qu'on rend service.

On s'est posé la question de savoir où on passait notre premier confinement parce qu'on a une résidence de campagne et on a eu un choc en voyant que les autres de la cité n'avaient pas le choix et on s'est dit qu'on ne pouvait pas quitter le navire en pleine tempête.

Pour vos enfants, qui n'ont pas fait ce choix de changer de vie, ce n'est pas trop dur ? Regrettez-vous parfois de les avoir entraînés dans cette aventure ?

Non. Bien sûr au début c'était difficile et on se posait des questions. Et puis, par exemple, notre fils a dû arrêter le rugby en venant ici et il était un peu malheureux sans rugby donc ce sont des moments de remise en question. Dès que les enfants ne vont pas bien on doute et on se demande si on a fait le bon choix. C'est vrai qu'ils vivent dans un milieu où il y a de la drogue, du trafic ... Mais on voit aussi qu'ils ont appris à s'ouvrir et aujourd'hui on leur a demandé s'ils étaient prêts à rester une année de plus, 3 d'entre eux étaient carrément partants et les deux autres un peu indifférents. D'ailleurs notre ainée ne veut pas rentrer avec nous à la fin de la mission.

Enfin, quelle place à la foi au Rocher ?

Pour nous, c'est vraiment la foi qui a été motrice dans cette expérience mais pour la plupart des volontaires et des bénévoles, c'est un désir d'engagement citoyen qui pousse à venir au Rocher, même si l'association a été fondée par la communauté Emmanuelle, aujourd'hui beaucoup de jeunes viennent pour le service citoyen.

Comme expliqué plus haut, notre sondage se composait de vingt-cinq questions. Ne voulant pas présenter une série de graphiques sans les expliquer, nous avons choisi d'en sélectionner certains – les plus pertinents à nos yeux – afin de les expliquer et les exploiter au mieux. Seulement, il en reste un que nous aimerions commenter. Il s'agit des réponses à notre dernière question destinée aux personnes à la retraite et ayant effectué une reconversion au cours de leur vie. Nous leur demandions à quel moment de leur vie ils avaient trouvé le sens. Très peu ont répondu qu'ils l'avaient trouvé jeune (8,8%). Le reste l'a découvert au cours de la vie active ou bien le perçoit mieux aujourd'hui. Paradoxalement, le sens se trouve ... à l'aune du chemin parcouru, un peu comme ce marcheur qui, une fois arrivé en haut d'une montagne, se retourne et avec recul regarde le chemin qu'il a pris et en comprend la cohérence.

Vous avez trouvé le sens de votre vie :

57 réponses

