

# Management

HORS-SÉRIE

LES CLÉS  
POUR RÉUSSIR  
VOTRE  
PROJET

RECONVERSION,  
FORMATION, EXPATRIATION

# CHANGEZ DE VIE!

- > Redonner du sens à son travail
- > Monter son propre business
- > Les conseils de ceux qui ont osé
- > Les aides pour se lancer



**M** PRISMA MEDIA  
 VI 04865 - 27H - F: 6,50 € - RD

BEL: 6,90 € - CH: 11 F\$  
 LUX: 6,90 € - DOM (bataes): 6,90 €  
 Maroc: 60 DH - Tunisie: 7,00 TND  
 Zone CFA (bataes): 5 000 XAF  
 Zone CFP (bataes): 900 XPF





# NOUVELLE VIE: DU FANTASME À LA RÉALITÉ

De l'élevage de chèvres à l'ouverture d'un gîte rural, à chaque génération son métier idéalisé. Comment réduire l'écart entre rêve et réalité, et opérer un vrai changement de carrière? Les conseils de Jane Turner, psychologue. **Propos recueillis par Benjamin Janssens**



## JANE TURNER

Psychologue clinicienne, didacticienne, praticienne en psychothérapie, formatrice, coach et superviseuse, Jane Turner est cofondatrice du Dôjô (ledojo.fr), un centre de formation et de perfectionnement aux métiers de coach et de praticien en psychothérapie. Elle a écrit de nombreux ouvrages parmi lesquels *La Ligne du temps : un outil pour dresser son bilan personnel et réorganiser sa vie* (InterÉditions).

**MANAGEMENT** Changer d'orientation professionnelle semble bien plus facile qu'autrefois...

**JANE TURNER** C'est incontestable. Il y a quinze ou vingt ans, c'était la retraite qui marquait un profond tournant dans une vie professionnelle. Ce n'est plus le cas. On s'affranchit désormais sans honte ni culpabilité du déterminisme familial, social ou professionnel. Marcher sur les pas de son père n'est plus la norme et l'on se moque du qu'en-dira-t-on. Prendre en main sa destinée est désormais possible, même si cela demande des efforts – il faut être mobile et flexible – et de la conviction.

**Cette évolution s'accompagne de nouvelles ambitions: on ne souhaite plus réussir dans la vie, mais réussir sa vie.**

**J. T.** Cette tendance se dégage, mais c'est davantage de la rhétorique. Gare au piège. Dans les deux cas, le verbe «réussir» renvoie à la notion de valeur, de rapport entre des indices matériels standardisés pour mesurer le succès, et a fortiori l'échec.

**Ne faut-il pas commencer par modifier sa façon de voir et d'exercer son métier avant de tout chambouler?**

**J. T.** Là encore, gare aux positions dogmatiques

et aux conclusions hâtives. Cela dépend de la situation, qu'il faut embrasser dans son ensemble, et surtout des enjeux que l'on identifie. Changer soi n'est pas forcément la solution. Et, avant de l'envisager, il serait bien de répondre à la question : à qui profiterait ce changement, à moi ou aux autres ?

**Certains signes permettent-ils de savoir s'il est temps de se remettre en question?**

**J. T.** Oui, l'ennui, les émotions négatives, le sentiment d'être rejeté ou d'être dans le rejet, la peur, la tristesse, les troubles du sommeil, le manque d'envie... Ces signes sont à prendre au sérieux ; ils témoignent du désir de faire et de voir les choses autrement. Il ne s'agit pas tant de (re)trouver du sens à l'activité pratiquée que de (re)trouver sa place dans le monde du travail.

**L'âge joue-t-il un rôle?**

**J. T.** Bien qu'une remise en question survienne tous les dix ans, la quarantaine est sans doute plus propice au changement. Il s'agit d'une période charnière au cours de laquelle on prend conscience que le corps commence à vieillir, qu'il n'est plus aussi performant, et que pour être responsable de sa propre vie, il faut faire la paix avec soi-même. Je constate néanmoins

que l'âge de cette remise en question tend à baisser. De plus en plus en trentenaires me sollicitent. L'information, qui circule désormais à la vitesse de l'éclair, les stimule. Elle les pousse à reconsidérer ce qui est possible, enviable et intéressant.

#### Les aspirations différent-elles entre hommes et femmes ?

**J. T.** Les attentes des femmes augmentent. Parallèlement, on exige d'elles des performances accrues, alors qu'elles continuent d'être invitées à procréer quand les hommes partent conquérir le monde. Se libérer de la pression sociale et jouir des mêmes droits que les hommes est évidemment possible, mais plus difficile.

#### Comment parvient-on à dépasser ses peurs pour franchir le pas ?

**J. T.** En développant son sens critique, idéalement par des discussions avec quelqu'un d'extérieur à la situation, pour déterminer l'origine du désir véritable – ce que signifie précisément le changement voulu – et sortir du fantasme. Est-il suffisant d'aimer jardiner le week-end pour devenir fleuriste ? Avant de transformer une passion en métier, il faut réfléchir à la façon dont ce plaisir intime pourrait être partagé et attirer l'autre.

#### Comment concilier intuition et raison ?

**J. T.** En confrontant le rêve, le fantasme aux contraintes réelles et nécessaires à sa réalisation. Cette analyse permet de prendre du recul, de trouver le juste équilibre entre son désir et la réalité – car il n'est pas question de briser l'élan qui anime le changement – et, au final,

d'élargir le champ des possibles. Aimer jardiner le week-end peut mener à plein de métiers différents et captivants. Et certains métiers sont à la fois plus accessibles que d'autres et davantage demandés. En ce sens, mieux vaut s'intéresser à un domaine d'activité plutôt qu'à un métier en particulier.

#### Comment éviter l'échec ?

**J. T.** Qu'est-ce que l'échec ? Parfois, le résultat n'est pas celui escompté. Est-ce un échec pour autant ? Parfois aussi, avec le recul, on est heureux qu'une démarche n'ait pas abouti... L'essentiel est d'imaginer, voire de concrétiser le changement pour s'épargner des regrets, tout en prenant de la hauteur : ce type de projet n'est pas une finalité, mais un moyen d'éprouver de nouvelles satisfactions. ●

AVANT DE  
TRANSFORMER  
UNE PASSION  
EN MÉTIER,  
IL FAUT RÉFLÉCHIR  
À LA FAÇON  
DONT CE  
PLAISIR INTIME  
POURRAIT  
ÊTRE PARTAGÉ”

## RECONVERSION, UNE TENDANCE DE FOND

### Plus de 3 Français sur 5 aimeraient changer de job

64% songent à une reconversion et 28% se sont déjà lancés (sur 100 actifs interrogés). Un phénomène qui touche autant les hommes que les femmes.

### 2/3 de la génération Y en rêvent déjà

S'ils n'ont pas encore franchi le pas, pour la plupart du fait de leur jeune âge, 69% des *millennials*, nés entre 1980 et l'an 2000, envisageraient déjà ce switch pour satisfaire leur quête de sens, devant les 30-40 ans (66%) et les 41-50 ans (63%).

### Exercer une activité en phase avec ses valeurs

C'est la première motivation de 70% des répondants encore hésitants. Pour plus de la moitié, changer de métier ou de secteur d'activité permettrait d'y parvenir. Être mieux payé ou devenir son propre patron ne stimule que 27% et 20% de l'échantillon.

### Dans les trois ans à venir

Plus de 9 personnes sur 10 souhaiteraient changer de métier d'ici à trois ans.

Source : étude de mai 2017 du Groupe AEF, spécialisé dans l'édition professionnelle et l'organisation d'événements ([nouvelleviepro.fr](http://nouvelleviepro.fr)).