

## CÔTE-D'OR

Édition Dijon et agglomération

CÔTE-D'OR Entreprise

## L'ennui au travail est pl

Selon une étude menée par l'agence d'intérim digitale Qapa, 63 % des salariés déclarent s'ennuyer dans leur travail. Nous sommes allés interroger des passants à Dijon sur ce sujet. Effectivement, l'ennui n'est pas si rare que ça...

Rencontré rue de la Liberté à Dijon, Michel, 40 ans, répond d'emblée un grand « oui, je m'ennuie ». Il est conseiller dans une banque. « Mon métier n'est pas intéressant. Les clients sont de plus en plus ingrats et pas du tout fidèles. Tout me déplaît dans les missions qui me sont confiées. » Pour autant, Michel ne cherche pas à changer de travail. Il n'est presque pas surpris que 63 % des salariés déclarent s'ennuyer au travail. « Pour moi, cela concerne 90 % des salariés ! »

« Avec le temps, je trouve mon métier moins intéressant »

Ce chiffre étonne tout de même Pierre-André, 60 ans : « 63 %, c'est énorme ! ». Dijonnais d'origine, il travaille pour une entreprise de l'aérospatial à Toulouse. Lui aussi confie sentir « une lassitude » s'installer. « Cela fait quatorze ans que je travaille pour le même programme. Avec le temps, je trouve mon métier moins intéressant, mes missions répétitives. J'éprouve moins d'intérêt à aller travailler tous les jours. » C'est pour cette raison que Pierre-André a demandé à

changer de poste, « pour avoir de nouveaux collègues et pour travailler sur un nouveau projet ».

« Les gens qui s'ennuient ne sont pas efficaces, ce sont des râleurs »

Caroline, elle, affirme ne s'être « jamais ennuyée au travail ». Mais elle raconte que lorsqu'elle était assistante d'éducation, elle côtoyait des personnes qui s'ennuyaient ferme. « Ce sont des gens qui ne sont pas efficaces, ils râlent tout le temps. Cela crée une mauvaise ambiance... », estime-t-elle.

Marjorie exerce le métier de juriste dans le secteur public. Elle aussi se morfond. « Les premières années, ça va, mais au bout de cinq ans, ça me sort par les oreilles... » Elle reproche à son organisation de ne lui laisser « aucune autonomie ». « Je m'ennuie carrément. » Marjorie cherche aujourd'hui à changer de travail, mais elle souhaite rester dans le même domaine.

Célia est employée en intérim comme agent de transit dans la logistique. Mais pendant seize ans, elle a été assistante commerciale dans une entreprise. « Je m'ennuyais énormément. Mon patron ne me donnait que des tâches qu'il ne voulait pas faire. J'ai donc quitté cet emploi et aujourd'hui, je suis très heureuse, j'apprends plein de choses. J'ai perdu 400 € net sur ma fiche de paie mais je ne regrette pas. »

Gaëlle, elle, a été une heureuse libraire pendant quelques années. Puis, le commerce où elle

## LA QUESTION WEB

Et vous, au travail, vous vous ennuyez :

Tout le temps : 10 %  
Souvent : 12 %  
Parfois : 20 %  
Jamais : 58 %

Votants : 1 784

travaillait a fermé. Elle a entamé une formation dans le secteur viticole mais elle n'a pas encore trouvé de débouché professionnel. En attendant, elle est employée en CDD à la caisse d'un magasin. « Ce n'est pas très intéressant, cela devient un peu répétitif. Si on me propose un CDI, je pense que j'essaierai de trouver autre chose », admet-elle.

Cadre dans une grande administration où elle est employée depuis vingt-deux ans, Sophie exerce un métier « qui ne [lui] correspond pas ». « Je suis restée car j'étais seule avec deux enfants à nourrir mais aujourd'hui, ils sont grands et ils ont quitté la maison. Je regarde un peu ailleurs. Cela me ferait du bien de lâcher prise. » Cette cinquantenaire rêve aujourd'hui d'exercer une profession manuelle, plutôt que « de rester dans un bureau toute la journée ».

Anne-Lise BERTIN



Selon l'étude de Qapa, 62 % des salariés d

## David Butet : « Le *bore out* est très présent dans les grandes organisations »

Pour le président du Medef 21, David Butet, le chiffre de 63 % de salariés qui s'ennuient dans leur travail (avancé par l'enquête de Qapa) ne représente pas la réalité. « C'est énorme. » Selon lui, il faut faire la différence entre le *bore out* (ou syndrome d'épuisement professionnel par l'ennui), qui concerne les personnes qui n'ont aucune mission à effectuer dans leur travail, et les personnes qui n'éprouvent plus d'intérêt pour leur fonction.

« Le *bore out* est très présent dans les grandes organisations, surtout dans les collectivités territoriales. Ce sont souvent des postes qui n'ont pas été créés pour répondre à des besoins mais pour créer de l'emploi. Ce



David Butet, président du Medef 21. Photo Medef 21

sont souvent des gens qui se retrouvent placardisés car on n'a rien à leur faire faire. » Ce *bore out* est également, selon lui, assez présent dans les grands grou-

pes privés ou semi-publics. « Ce sont des salariés qui occupent des postes qui n'existent plus. Ce sont des profils de personnes qui ne souhaitent plus progresser et qui sont placardisées. Sauf qu'elles ont un niveau de vie assez élevé, c'est donc compliqué de partir. » Pour David Butet, le *bore out* n'existe pas dans les petites et moyennes entreprises : elles n'en ont pas les moyens.

David Butet estime qu'une personne qui n'éprouve plus d'intérêt pour les missions qui lui sont confiées doit avant tout en parler à son supérieur hiérarchique. « Si le salarié ne le dit pas, c'est compliqué pour l'employeur de le repérer. Après, c'est vrai qu'il faut oser. Mais je pense

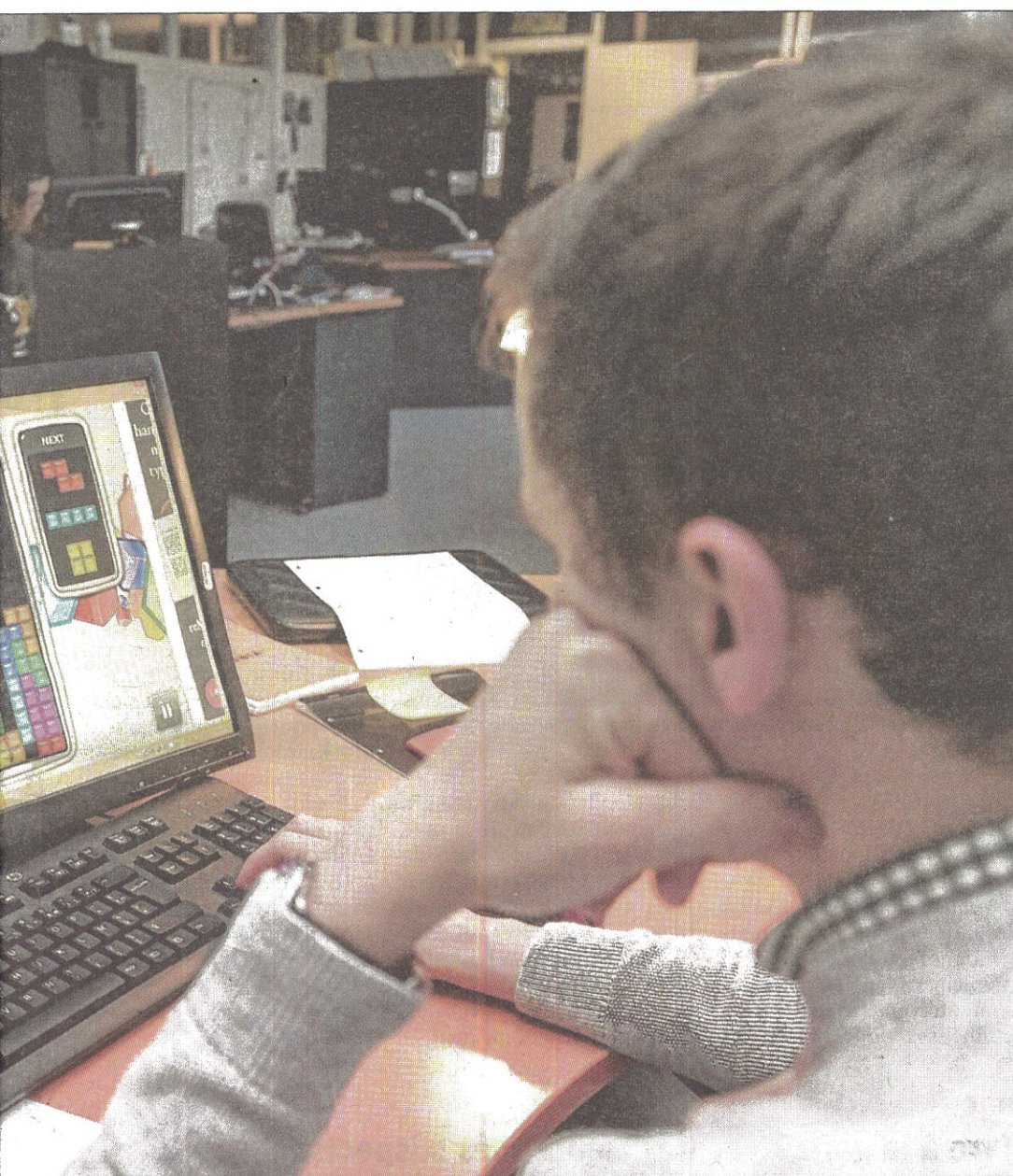
« Les gens sont assez grands pour se prendre en main. Quand cela ne va pas, il faut partir. »

David Butet, président du Medef 21

qu'aujourd'hui, les gens sont assez grands pour se prendre en main. Et puis, quand cela ne va pas, il faut changer. » David Butet estime également qu'avoir des périodes d'ennui, cela « fait partie de la vie en général » et qu'il faut savoir « prendre du recul ».



# us courant qu'on ne le pense



## LE CONTEXTE

**89% DES FEMMES ET 91% DES HOMMES DÉCLARENT CACHER LEUR ENNUI ET 62% PRÉTENDENT AVOIR UN TRAVAIL PASSIONNANT**



■ Qapa, une agence d'intérim 100 % digitale, a lancé un sondage au niveau national sur l'ennui au travail. Cette enquête a été menée du 13 au 20 février auprès de 4,5 millions de candidats sur le site Internet Qapa.fr. Il s'agit, pour 52 %, de non-cadres et, pour 48 %, de cadres. 51 % des sondés sont des femmes et 49 % des hommes.

■ Il résulte de cette enquête que 63 % des Français s'ennuient au travail. 45 % des personnes interrogées ne vivent pas bien du tout cet ennui ou ce manque d'intérêt. Et, même si elles sont parfois désœuvrées, les personnes concernées ne montrent en rien leur lassitude. 89 % des femmes et 91 % des hommes déclarent cacher cet ennui dans le cadre de leur travail. 62 % des personnes interrogées révèlent faire semblant d'avoir un travail passionnant.

■ Cette enquête indique également qu'un certain nombre de Français seraient prêts à faire des concessions sur le montant de leur salaire en fonction de l'intérêt de leur travail. 52 % des femmes et 56 % des hommes ont indiqué préférer avoir un salaire plus bas en contrepartie d'un travail plus intéressant et pendant lequel ils ne s'ennuient pas.

clarent faire semblant d'avoir un travail passionnant. Photo d'illustration LBP/Philippe BRUCHOT

## « Être un maillon de la chaîne fait perdre du sens au travail »

Sophie Jabot est psychologue à Is-sur-Tille et spécialiste des questions liées à l'entreprise. Elle analyse qu'il y a moins d'ennui « dans les professions où il y a des buts identifiés ». Elle cite en exemple les soignants : « Il y a un sentiment d'accomplissement ». À l'inverse, elle estime que l'ennui se fait sentir lorsque les tâches sont répétitives, « dans l'administration par exemple ». « Quand le salarié a l'impression d'être un maillon de la chaîne, qu'il ne maîtrise pas les tenants et les aboutissants : dans ce cas, le travail perd du sens. »

Sophie Jabot explique qu'un salarié en proie à l'ennui au travail développe des stratégies. « Il va essayer de faire durer les tâches qui lui sont imposées. Il va se donner un look hyper in-



Sophie Jabot, psychologue à Is-sur-Tille. Photo DR

vesti. Mais, tôt ou tard, la tristesse arrive. » Dans certains cas, elle parle même de « maras-

me ». « Certains apprécient la routine, d'autres non et elle peut les tuer. »

La psychologue explique que pour éviter le *bore out*, l'environnement personnel et professionnel est essentiel. « Si l'entourage professionnel est bienveillant, si le salarié reçoit de la reconnaissance de la part de sa hiérarchie, de ses collègues et de sa famille, cela aide à donner du sens. » Elle a déjà rencontré le cas de salariés qui n'osent même pas dire ce qu'ils font en public.

Sophie Jabot estime que pour tromper l'ennui, il faut avant tout instaurer du dialogue entre les subordonnés et les managers. « Quand il y a une vraie cohésion d'équipe et que quelqu'un a un moment de moins bien, cela permet de déverrouiller les problématiques. C'est au manager de répartir les tâches de façon juste et d'ouvrir des moments de discussion pour

parler de cela. » La psychologue juge que le dialogue est en perte de vue aujourd'hui dans le monde de l'entreprise. « On demande aux gens comment ils vont, on parle de la stratégie de la société, mais cela manque de communication au niveau de l'opérationnel. »

Pour la spécialiste, c'est aussi aux salariés d'exprimer le malaise qui s'installe. Et le travailleur doit s'autoriser à partir et à changer de métier. « Si on change de voie, il faut savoir pourquoi, pour ne pas tomber dans le même écueil », avertit-elle. Mais Sophie Jabot incite les salariés à envisager cette option. « Aujourd'hui, nous avons la possibilité de reprendre nos études. Avant, c'était plus dur de papillonner d'un métier à un autre. »