

Retrouver du sens au travail

Se sentir épanoui au travail n'est pas un désir réservé à un secteur d'activité ou à une fonction particulière, toutes les personnes actives y aspirent aujourd'hui. Un des éléments déterminants pour y parvenir consiste à questionner le sens donné à votre activité professionnelle. On se sent bien lorsque nos journées et notre temps sont consacrés à des activités qui nous correspondent.

Si comme de nombreux salariés romands — d'après de récentes études — vous vous trouvez en quête de davantage de sens au travail, l'une des premières démarches consiste donc à vous reconnecter à vous-même, à comprendre les valeurs qui vous animent. Attention, il ne s'agit pas de lister ce qui vous fait rêver ou qui vous attire. Mais plutôt de comprendre ce dont vous avez besoin pour donner le meilleur de vous-même, ce qui vous nourrit, et s'avère déterminant pour votre bien-être: contacts humains quotidiens, rapport à la nature, proximité avec votre foyer, liens avec d'autres cultures.

Vos valeurs peuvent être vécues dans différents secteurs et structures. On peut nourrir des rapports humains très riches dans des relations bancaires aussi bien que dans un cabinet d'esthétique! L'enjeu est alors de comprendre si votre organisation et ses activités sont celles qui participent le mieux à la réalisation de vos aspirations. Vous aimez répondre à des défis technologiques, mais avez-vous le sentiment d'accomplir cette mission au mieux dans une startup ou dans un grand groupe high-tech? La finance vous plaît, mais pratiquée au sein d'une grande compagnie d'assurances où il vous faudra gravir des échelons, ou dans une petite fondation locale où vous pourrez vous réaliser sur d'autres plans également?



FREEPIK

Construire le bien-être au travail

Parfois, cela implique de se poser la question d'un changement d'emploi. Mais quelques fois, il suffit d'interroger les opportunités au sein de la structure où l'on se trouve. L'environnement de travail, la culture d'entreprise, et la définition d'un poste participent chacun à construire le bien-être au travail. Lorsqu'un salarié traverse une période de perte de sens, les causes de son malaise peuvent mêler ces trois dimensions.

C'est votre cas? Si vous ressentez une perte de sens diffuse, la première question à vous poser est celle de votre évolution professionnelle. Il

ne s'agit pas uniquement de votre position hiérarchique, mais plutôt de l'extension de votre champ d'action. Êtes-vous, au fil des ans, devenu expert dans un sujet? Vos connaissances sont-elles davantage techniques ou stratégiques? Avez-vous des occasions de partager votre savoir, de former des collègues?

Le contexte de travail enfin n'est pas à négliger. Si votre parcours initial comportait une dimension internationale (pratique des langues, séminaires interculturels, voyages), un environnement sans aucune mixité culturelle risque de manquer de diversité à votre goût. De la même manière, si la famille est centrale dans votre existence, un cadre sans politique

de conciliation entre vie privée et professionnelle ni souplesse en la matière ne vous correspondra pas, à long terme.

La culture d'entreprise en général est fondamentale, car elle structure des orientations profondes: quelle place pour l'innovation, quelle dynamique de travail, quels outils et modes de communication? Enfin, il est d'usage de dire que la rémunération n'est pas la source du sens au travail, mais un alignement raisonnable entre le temps et l'énergie investie et le salaire reste nécessaire. Si votre revenu est une cause de démotivation, un rééquilibrage devrait sans doute être envisagé.

Une fois vos priorités identifiées, engagez le dialogue avec votre hiérarchie: serait-il imaginable de redéfinir des éléments de votre poste pour le faire évoluer vers des modes de travail ou des solutions plus en phase avec vos aspirations? Une démarche qui n'est pas forcément vue d'un mauvais œil par les dirigeants, mais qui témoigne plutôt de votre attachement à l'entreprise et de votre volonté de vous impliquer plus durablement dans la mission et dans l'organisation.

CARINE DILITZ
DIRECTRICE GÉNÉRALE
OASYS CONSULTANTS SA

OASYS
consultants
la transition apprenante®

OFFRES D'EMPLOIS

 **LES BOIS**

MISE AU CONCOURS

En vue de prochains départs, le Conseil communal des Bois met au concours plusieurs postes à temps partiel d'

Educateur/trice de la petite enfance

Entrée en fonction: 1er mars 2024 ou à convenir

Détail de l'annonce sur le site: www.lesbois.ch

Les postulations sont à envoyer au Secrétariat communal, rue Guillaume-Triponez 15, 2336 Les Bois ou par mail à info@lesbois.ch jusqu'au 15 décembre 2023 avec la mention «POSTULATION».

HUTE
ÉC-LE
PÉDAGOGIQUE
BEJUNE

La Haute École Pédagogique BEJUNE forme les enseignant·e·s des cantons de Berne (partie francophone), du Jura et de Neuchâtel. Elle déploie ses activités sur trois sites, situés à Bienne, Delémont et La Chaux-de-Fonds.

La HEP-BEJUNE met au concours le poste suivant :

Professeur·e dans le domaine « Didactique des langues » de 50% à 80%

Plus d'informations sur www.hep-bejune.ch/emploi
Délai de postulation : 29 décembre 2023

NEVIA

Pour accompagner le développement de ses activités, NEVIA - Neuchâtel Établissement pour la Viabilité des Infrastructures Autoroutières, recherche:

Cantonniers-ères avec permis poids lourds

Grâce à votre expérience dans un des domaines suivants: génie civil, voirie, curage ou surfaces vertes, vous assurez l'entretien courant et la viabilité d'infrastructures autoroutières à l'aide de camions, porte-outils, engins et outillages modernes.

Au bénéfice d'un CFC et d'un permis poids-lourd, vous êtes en bonne santé, de constitution résistante et apte à travailler en équipe.

Vous êtes domicilié à proximité du centre d'entretien de Cressier.

Annnonce détaillée sur www.jobup.ch

Pour plus d'information: M. R. Fromageat, voyer-chef - tél 032 720 13 20

Si votre profil correspond et si vous êtes intéressé, transmettez-nous votre dossier de candidature complet (lettre de motivation, CV, diplômes, certificats de travail et copie du permis de conduire) à l'adresse e-mail suivante: Christine.Scherrer@ne.ch. Délai de postulation: **15 décembre 2023**.