

Business O FÉMININ

En chômage partiel, est-ce que je cherche un nouveau job ?

12.11.2020

Vous êtes actuellement en chômage partiel ? Comme plusieurs millions de Français, vous naviguez à vue durant cette période de profonde incertitude. A juste titre, vous vous questionnez certainement : vais-je retrouver mon travail dans une semaine, un mois, six mois ? Mon entreprise va-t-elle tenir le choc ? Et finalement, ai-je vraiment envie de retrouver ce travail ? Plusieurs options s'offrent donc à vous : vous accrocher au mât et attendre que la tempête passe, ou bien mettre les voiles et affronter les tumultes. Bien sûr, chaque réponse est profondément individuelle, mais si vous ouvrez cette page, c'est que l'envie d'explorer de nouveaux horizons vous taraude l'esprit.

Pour Marion Sterlin, coach professionnelle et fondatrice de Bloom&, cet épisode sans précédent peut effectivement être libérateur, l'occasion de vous réinventer. « *Notre rapport au travail est très chahuté en ce moment, et je pense que cette crise est une vraie opportunité de nous donner la permission d'être qui l'on veut vraiment* ». Car finalement, puisque vous êtes en chômage partiel et bénéficiez donc d'une relative sécurité financière, voilà une occasion unique de faire preuve d'audace. Changer de job, vous former, monter votre auto-entreprise ou bien même vous investir à fond dans l'une de vos passions. « *Je n'ai jamais eu autant de demandes de coaching que ces derniers mois, qu'il s'agisse de personnes qui sont sur la sellette ou au contraire très en place dans de grands groupes qui ne connaissent pas la crise. Cette période va clairement challenger toutes celles et ceux pour qui l'incertitude n'avait jusqu'ici pas sa place* », nous confie la coach.

Envisagez votre carrière comme une aventure

Alors qu'il n'y a plus vraiment de sens à parler de « vie personnelle » et « professionnelle » puisque tout est mélangé, Marion Sterlin envisage davantage le travail comme une aventure, plus qu'une carrière : *« les carrières d'aujourd'hui connaissent de plus en plus de ruptures, elles sont parfois incohérentes mais certainement plus en phase avec ce que nous sommes réellement : nous ne sommes pas toujours des êtres cohérents »*. Cette période de chômage partiel peut donc vous permettre de renouer avec vos rêves profonds, vos intuitions, sans que cela ait une logique parfaite.

Accueillez vos émotions

Bien sûr, il n'est pas question de vous mettre une pression supplémentaire en vous forçant à vous mettre à la recherche d'un nouveau travail si vous n'en avez pas la moindre envie. La première chose à faire est de vous écouter. *« Je trouve que cette période est particulièrement infantilisante voire culpabilisante. On trouve même des articles sur le thème « comment réussir son confinement ». Encore une injonction de plus ! Cela ne nous aidera clairement pas à retrouver nos envies profondes. Mon premier conseil envers ces personnes qui se questionnent serait déjà qu'elles s'autorisent à décélérer, et surtout, qu'elles acceptent leur fragilité sous peine de se prendre un effet boomerang dans quelques mois. Si vous contenez trop vos émotions comme la colère ou la tristesse, elles risquent ensuite de vous envahir »*.

De la confiance en soi vers la conscience de soi

Dans cette période inédite, vous avez plus que jamais besoin de retrouver votre ancrage en vous questionnant sur vos appuis. Si vous êtes en chômage partiel, peut-être vous demandez-vous pourquoi on vous a choisi plutôt que votre collègue qui est encore en poste, ce qui blesse votre estime personnelle. Face à cela, Marion Sterlin vous invite à passer de la confiance en soi, qui est par nature très ébranlable, à la conscience de soi. Autrement dit, acceptez vos forces comme vos faiblesses en posant un regard bienveillant sur vous. *« Cela vous permettra de surcroît de montrer toute votre singularité. Il est également important de faire le distinguo entre vos compétences au travail, et qui vous êtes vraiment »*, ajoute la coach.

Renouez avec vos aspirations profondes

Maintenant que vous êtes davantage dans cette démarche de conscience de soi, Marion Sterlin vous invite à vous repositionner au centre, en renouant avec vos véritables besoins. « *Reprenez le pouvoir plutôt que de rester dans une attitude passive. Pour moi, il y a une vraie question d'empowerment en ce moment. Pensez non pas à ce que l'entreprise vous apporte mais plutôt ce que vous avez à lui offrir* ». Vous pouvez commencer ce questionnement en vous demandant dans quelle société vous désirez évoluer, avant de matérialiser vos aspirations par ce que vous pourriez faire pour la société à travers votre travail.

Développez votre intuition

Pour réinventer la seconde moitié de votre carrière, essayez enfin d'accueillir ce qui arrive sans tout rationaliser. « *L'intuition est la capacité à capter les signaux faibles. La seule certitude que l'on a aujourd'hui, c'est que l'incertitude sera permanente. Cette crise sanitaire n'est certainement pas la dernière zone rouge que nous allons traverser. Je pense qu'il faut donc accepter à bras ouverts cette instabilité et se mettre en mouvement* », poursuit notre coach. « *Pour conclure, je dirais donc qu'avant de partir à la recherche d'un nouveau boulot, il est important de partir à la recherche de soi-même* ».

Paulina Jonquères d'Oriola