ÉTUDIANTS boomerang

COINCÉS DANS UN EMPLOI QUI NE NOUS SATISFAIT PLUS, NOUS SOMMES DE PLUS EN PLUS NOMBREUX À NOUS RÉORIENTER POUR NOUS ACCOMPLIR DAVANTAGE ET AMÉLIORER NOTRE QUALITÉ DE VIE. PORTRAIT D'UN PARCOURS ARDU, MAIS EXALTANT. **texte Catherine Gendreau**

Ma mère possède un album consignant les rêves et les aspirations de chacun des membres de notre famille. On peut y lire la jeune Catherine de 13 ans: «J'aimerais être professeure de français au secondaire pour partager mon amour de la lecture!» Ce désir m'a longtemps habitée. Néanmoins, après des études universitaires en littérature, je me suis plutôt dirigée en édition, avant de devenir rédactrice à la pige. Je repensais souvent à mon rêve de jeunesse, mais ce n'était plus envisageable: retourner aux études à temps plein pendant quatre années, avec un enfant à nourrir? La traversée du désert à genoux, avec un sac de briques sur le dos, me semblait plus facile. Pourtant, en septembre 2017, après plusieurs mois de réflexion, j'ai envoyé une demande d'admission en enseignement du français au secondaire.

LE DÉCLENCHEUR

Je me voyais déjà comme le personnage de Steve Buscemi dans la série *30 Rock*. Vous savez, le fameux quinquagénaire, casquette à l'envers et skateboard à l'épaule, qui débarque dans une école en disant «*How do you do, fellow kids?*» Bref, j'étais convaincue que je serais la seule vieille de ma cohorte, qu'on me regarderait avec méfiance, et que j'allais passer quatre ans dans la solitude et l'exclusion sociale. (Non, je n'exagère jamais.) Surprise: dans ma cohorte, nous étions sept à effectuer un retour aux études à plus de 30 ans!

Curieuse, j'ai sondé mes amis Facebook: sommes-nous si nombreux à nous réorienter à un âge vénérable? La réponse n'a pas tardé, nous sommes légion! «En général, la trentaine représente l'époque où l'on sort du pilote automatique de la vingtaine», m'explique Érick Beaulieu, conseiller d'orientation. «On se met à remettre en question les tendances qui ont orienté le début de notre vie active, on se demande si cette vie nous ressemble vraiment et si les choix qu'on a faits sont en adéquation avec nous.»

Ma communauté confirme ces propos: la crise existentielle arrive bonne première dans les raisons citées pour entamer un processus de réorientation. Cette crise, je l'ai vécue de plein fouet. Le sentiment de ne pas me réaliser à la hauteur de mes convictions sociales et de prêcher sans m'investir personnellement me hantait et contaminait tous les autres aspects de mon existence. J'étais déprimée, insatisfaite au travail, insatisfaite de moi, de ce que j'étais devenue. Je m'étais abandonnée quelque part en chemin, et il fallait remédier à la situation avant que je me transforme en cette personne cynique et amère que je voyais poindre à l'horizon.

PHOTO: STOCKSY

PAS SEULEMENT LES PDG

On pourrait penser que ce sont les gens aux métiers les plus haut placés ou bien rémunérés qui se définissent le plus par leur occupation. Ce n'est pourtant pas le cas. «Cela a plutôt à voir avec la satisfaction que notre travail nous fait ressentir. Oui, les postes mieux payés, plus prestigieux, sont souvent synonymes de satisfaction, mais pas toujours, puisque ce sont des emplois qui viennent avec leur lot de stress et de responsabilités», dit Dre Longo. Plus on est satisfait de son travail, plus on s'y épanouit et plus il fait partie de notre identité. Logique!

Il y a aussi la place qu'occupe le travail dans notre vie. Considère-t-on notre emploi comme étant au premier plan de notre existence, ou comme un simple moyen de subvenir à nos besoins? «L'importance qu'on accorde à notre occupation rémunérée dépend grandement de notre socialisation et de nos expériences concrètes, dit Dre Longo. Du passé hérité – de nos parents, par exemple – sur la valeur du travail et de notre propre expérience de cette valeur au présent.» D'après ses recherches, lorsqu'on leur pose directement la question, les gens se définissent rarement d'abord et avant tout par leur emploi. Ses observations sont corroborées par une étude menée spécifiquement sur ce sujet en 2006, au Québec; seulement 7 % des sondés se définissaient en premier lieu par leur occupation rémunérée. 76 % mentionnaient se définir d'abord par leur rôle familial; être père, mère, grand-parent, etc. Et c'est une tendance en hausse, semble-t-il!

«Le marché de l'emploi est plus précaire, et les jeunes savent qu'ils n'accèderont pas aux mêmes bénéfices que leurs prédécesseurs en se dévouant entièrement à leur carrière. Il y a un retour à l'équilibre; on veut une conciliation travail-famille, se réaliser à l'extérieur du bureau. De ce fait, on se définit moins par notre emploi – même si ça reste un marqueur central», dit María Eugenia Longo.

J'EXERCE UN MÉTIER, DONC J'EXISTE?

On s'identifie donc à notre travail parce qu'on l'aime, parce qu'il est porteur d'informations sur notre statut social et financier. Parce qu'il nous confère un rôle précis dans la société de production ou parce qu'il occupe une place centrale à un moment précis de notre vie. Mais est-ce une bonne chose? Si notre emploi fait tant partie de notre identité, qu'arrive-t-il lors d'une mise à pied, ou d'un départ à la retraite?

Tim O'Brien, conférencier et professeur à l'école d'administration publique de l'université Harvard, affirme dans l'une de ses conférences qu'il est primordial de se détacher de notre rôle professionnel, et de le distinguer de notre personnalité propre. Selon lui, il peut être gratifiant de se donner corps et âme à notre rôle au travail, mais on oublie souvent que les autres réagissent à ce rôle dans le cadre du travail. En dehors de cet environnement précis, ils ne connaissent pas la personne intéressante et profonde que nous sommes. Si on perd ou si on quitte notre emploi, notre identité et notre estime personnelle peuvent donc en souffrir. En bref, quand ton job devient ton identité, les échecs professionnels font plus mal.

Je parle à Charlotte, 29 ans, une ex-relationniste de presse dans le monde de la beauté qui tente maintenant de rediriger sa carrière. «Passer ma vie au travail, courir les événements, ne pas avoir le temps de répondre à un appel de ma mère ou de profiter du temps avec mes amis... c'en était trop pour moi! Quand j'ai quitté mon emploi, je n'avais pas de plan B, mais je savais que la vie de relationniste, c'était fini. Même si ça venait avec la perte d'un titre prestigieux, qui m'a longtemps définie. Mon estime de moi en a pris un coup; je n'ai plus ma belle carte de visite pour me présenter, mais j'espère que de prendre du recul me permettra de trouver autre chose que le travail pour me définir; une passion, un projet.»

À 50 ans, Macha a vécu elle aussi un changement de carrière à 180 degrés. Anciennement rédactrice en chef d'un magazine reconnu, elle a tout lâché pour s'installer dans un petit village du Saguenay, sur le bord du fjord, et... travailler dans une boutique. «Ici, les gens ne te demandent pas ce que tu fais dans la vie. De toute façon, on a tous, ou presque, des jobines qui changent au gré des saisons. Nos conversations en sont d'autant plus vraies, humaines.» Au bout du fil, elle m'avoue n'avoir jamais réellement été carriériste, et avoir renoué avec son identité profonde en quittant son poste dans un beau bureau de la ville de Québec. «Avant, mon emploi était un gros morceau, et j'avais des miettes de vie ici et là. Maintenant, ma vie est un gros morceau, et j'ai des miettes de jobs ici et là», dit-elle, se disant véritablement heureuse de sa vie plus simple, plus contemplative.

Comme Macha, je me demande si mes échanges ne seraient pas plus profonds si je me présentais au monde sans me cacher sous le couvert de ma profession – et sans réduire mes interlocuteurs à leur métier. «Bonjour, je m'appelle Elisabeth, je suis un être complexe animé par une multitude de passions et de projets. Toi, qu'est-ce qui te donne envie de te lever, le matin?» Trop intense? Je vais peut-être devoir retravailler la formulation, mais vous voyez le genre... Au prochain party, on l'essaie?

«Les réseaux sociaux aident, car les personnes qui se croyaient seules à vivre de l'insatisfaction jusqu'à s'en rendre malades voient d'autres personnes avec les mêmes préoccupations passer à l'action», m'écrit Louise Arcand, conseillère en épanouissement et en développement professionnel. Encore une fois, je corresponds parfaitement au profil: c'est en lisant les publications sur les réseaux sociaux d'une amie, qui venait de retourner sur les bancs d'école à 40 ans (et avec deux enfants en bas âge!) pour devenir éducatrice en service de garde, que j'ai réalisé que je pouvais faire le *move*, que j'en étais capable. Mais comment?

PLAIE D'ARGENT N'EST PAS MORTELLE

On va se le dire, écrire des articles et des chroniques, tu ne te mets pas riche avec ça! Je n'avais donc aucun coussin financier sur lequel je pouvais compter pour envisager avec sérénité un retour aux études. Je voyais les chiffres danser devant mes yeux, les frais de scolarité, soit, mais aussi toutes les dépenses courantes qui ne disparaîtraient pas par magie, et j'entendais déjà ma fille pleurer: «Maman, est-ce qu'on va devoir aller vivre sous un pont?»

L'insécurité financière est LE sujet qui revient le plus souvent dans nos conversations d'étudiants sur le retour. Et puisqu'un certain sentiment d'urgence accompagne souvent la crise qui déclenche un changement de carrière, comme le rappelle Louise Arcand, rares sont les personnes qui ont le temps d'accumuler un petit pécule avant de sauter à l'eau: «On parle évidemment du salaire sacrifié, mais il ne faut pas oublier les années d'expérience, les échelons salariaux grimpés, les primes de retraite, etc.» Tout cela constitue un enjeu majeur qu'il faudra, d'une façon ou d'une autre, dénouer. Soit en s'endettant massivement, comme certains de mes amis, soit en faisant des choix drastiques.

Les choix drastiques, ça me connaît. En me séparant en plein milieu de ma première session (la rupture de mi-session devrait faire l'objet d'une étude approfondie), j'ai dû piler sur mon orgueil, ravaler ma fierté et accepter de... retourner vivre chez mes parents. Adieu ma liberté de femme de 36 ans, adieu mon intimité, adieu ma dignité. Bon, je beurre un peu épais, mais vous pouvez imaginer ce qu'on ressent quand on dépose nos petites valises dans l'ancienne chambre de notre frère beaucoup plus jeune, qui a les moyens de payer ses factures, LUI. Oui, c'est ça, on se sent comme un déchet. Mais un déchet avec un projet!

MATHIEU, 38 ANS

«Suite à deux épuisements professionnels en quelques années seulement et à une remise en question complète de ma carrière, j'ai décidé l'an dernier de m'inscrire au bac en enseignement de l'univers social au secondaire. Malgré quelques difficultés financières et la transition complexe de travailleur à étudiant, je ne regrette aucunement mon choix. Je sais que je suis là pour les bonnes raisons, que ça me permettra d'avoir une meilleure qualité de vie et que je serai plus épanoui. Avoir choisi ce domaine à 37 ans plutôt qu'à 20 ans ne me gêne pas du tout. Au contraire! La connaissance de soi et l'expérience professionnelle m'ont aidé à bien définir mon présent d'étudiant et mon avenir d'enseignant.»

ENTRE L'OMBRE ET LA LUMIÈRE

«J'ai étudié à temps plein, avec deux fillettes de trois et six ans, en travaillant à temps partiel; j'ai dormi 3-4 heures par nuit (et quelques-unes pendant mes cours), alors je MORDS quand quelqu'un ose dire que je suis chanceuse d'être rendue là où je suis, avec une grosse job *pis toute*. Zéro chance, juste beaucoup de sueur et de travail», résume mon amie Chloé pour parler de son retour aux études en bibliothéconomie à 38 ans. De la sueur et du travail, il en faut pour passer au travers et survivre aux nombreux sacrifices exigés par une réorientation importante à l'âge adulte, particulièrement quand on a une famille. Paradoxalement, cette famille est également un puissant moteur et une source de validation: «Être un modèle pour mes enfants» a scoré très fort dans mon petit sondage maison sur les aspects les plus positifs du retour sur les bancs d'école.

Entre le manque de temps, le manque d'énergie (on n'a plus 20 ans!) et la difficulté à entrer en relation avec les autres étudiants qui ne vivent pas notre réalité, il y a heureusement des moments de grâce et de bonheur. J'ai vraiment l'impression de faire quelque chose POUR MOI, pour m'épanouir et pour me donner les moyens d'être la femme que je désire être. En plus, je fais tout ça en apprenant de nouvelles choses, en stimulant mon intellect qui avait passé un peu trop de temps en veilleuse et en formant de nouvelles amitiés. C'est sans aucun doute la meilleure décision que j'ai prise au cours des dernières années, et je sais déjà que je ne regretterai rien.

Merci de me le rappeler en fin de session.

Ressources en vrac

Références pour les personnes qui envisagent une réorientation professionnelle:

Érick Beaulieu, conseiller d'orientation: **erickbeaulieu.co**

Louise Arcand, coach et conseillère en épanouissement et développement professionnel: **espacevieemploi.com**