

# J'AIME MA JOB! UN PEU, BEAUCOUP, PASSIONNÉMENT, À LA FOLIE!

Certaines personnes ont de la difficulté à se rendre au travail, tandis que d'autres ne veulent plus en repartir. Entre celui qui déteste son boulot et le workaholic, existe-t-il un juste milieu? Lorsqu'une personne doit faire des efforts pour aller travailler parce qu'elle manque d'intérêts ou qu'elle n'a pas toutes les compétences requises pour le poste, elle risque tôt ou tard de laisser tomber sa job ou de se faire remercier. D'un autre côté, l'hyperpassionné, drogué du travail, qui brûle la chandelle par les deux bouts risque le « burnout » qui entraînera un arrêt de travail qui peut durer très longtemps.

Mis à part le facteur sociopoliticoéconomique, sur lequel nous n'avons que très peu de pouvoir, nous pouvons dire que les trois rouages de base pour maintenir son emploi à long terme sont : l'intérêt, les compétences et un bon dosage entre sa vie professionnelle et sa vie personnelle.

Les champs d'intérêt d'une personne sont souvent reliés aux compétences qu'elle possède. Lorsque nous aimons ce que nous faisons, c'est que nous possédons certaines aptitudes qui contribuent à développer une facilité accrue à accomplir nos tâches. C'est grâce à cette capacité à bien réaliser nos tâches que nous sommes en mesure de ressentir des sentiments de

valorisation, de reconnaissance et d'appartenance, qui sont des besoins si importants pour le développement de l'être humain.

Nous passons beaucoup d'heures au travail dans une vie. Malheureusement, de nombreuses personnes travaillent par nécessité pour payer la bouffe, le loyer, les dettes, en ayant très peu d'intérêt pour ce qu'elles font et souvent peu de compétences pour accomplir leurs tâches. Ces personnes doivent avoir une vie sociale très bien remplie pour combler les besoins de valorisation, de reconnaissance et d'appartenance qu'elles ne nourrissent pas par leur travail. Si elles n'ont pas cette option, elles ont trois possibilités qui s'offrent à elles; continuer et déperir, trouver de l'intérêt à ce qu'elles font et tenter d'augmenter leurs compétences ou quitter le travail et se réorienter.

Un autre élément à ne pas négliger qui contribue à aimer son travail, c'est l'ambiance. L'environnement, les collègues et toutes les autres personnes que l'on côtoie dans la journée en lien avec notre boulot sont tous des éléments importants qui influencent notre ambiance de travail. Fait intéressant à noter, en tant qu'employé, vous faites partie des gens qui créent l'ambiance! Contribuez-vous à créer une bonne ambiance dans votre milieu de travail? ←



Pour plus d'informations, contactez :

Richard Plouffe  
Conseiller en employabilité  
Action Emploi Saint-Hyacinthe  
440, av. Saint-Joseph  
Saint-Hyacinthe Qc J2S 8K5  
Tél. : 450 773-8888  
Fax : 450 773-7985  
rplouffe@action-emploi.ca