

# Travailler jusqu'à l'épuisement ? Non

## Optez pour la « démission silencieuse »

Pas d'heures supplémentaires ou d'e-mails envoyés pendant les vacances : le « quiet quitting » est vanté par les jeunes travailleurs et travailleuses.

**Tribune de Genève**

**DÉCODAGE**

ALEXANDRA KEDVES

Pas de vérification des e-mails pendant les temps libres, pas de missions supplémentaires, ne pas se laisser presser ou surcharger, le service selon les règles et, en aucun cas, comme unique raison de vivre : au travail, on devrait faire ce pour quoi on est payé, rien de plus. Le concept s'appelle *quiet quitting* (« démission silencieuse »). Le phénomène a conquis les réseaux sociaux et autres de manière totalement silencieuse. Les louanges, mais aussi les mots durs, n'ont pas manqué.

On fait le point sur cette nouvelle tendance dans le marché du travail.

*Les gens refusent le surmenage et le burn-out ; ils choisissent la joie et l'équilibre. Ils fixent des limites, de sorte que leur identité et leur valeur personnelle ne sont pas liées à leur productivité au travail*

Nilufar Ahmed

Sociologue

”



© MARIIA TIMOFEEVA.

### Le point de départ

En 2021, un professeur de gestion de l'University College de Londres a inventé le slogan de l'exode de la main-d'œuvre observé dans le monde entier en pleine pandémie : « *The Great Resignation* » (« la grande démission », en français). Il y a deux mois, le World Economic Forum a averti que « la grande démission » n'était pas terminée. Au niveau mondial, un travailleur sur cinq prévoirait de quitter son emploi prochainement. Pendant la pandémie, de nombreuses personnes ont dû réduire leur temps de travail, par exemple dans le secteur de la restauration, du tourisme ou de l'événementiel. Certaines se sont réorientées, ont cherché un emploi à l'abri de la crise ou ont pris conscience, face aux millions de morts, que le travail ne devait pas être un simple moyen de gagner sa vie. A cela s'ajoute le fait que les baby-boomers (1945-1964) partent peu à peu à la retraite : la pénurie actuelle d'enseignants et d'enseignantes

est donc également due à cette évolution démographique – prévisible. En bref, de nombreuses branches recherchent désespérément des travailleurs et des travailleuses. A l'inverse, celles et ceux qui sont actuellement employés dans des secteurs asséchés, des compagnies aériennes aux hôpitaux, souffrent souvent de surcharge de travail. Cela les pousse à leur tour à changer de travail. Selon une enquête mondiale, les trois facteurs les plus importants que les travailleurs et travailleuses examinent lorsqu'ils changent de travail sont la rémunération (71 %), l'épanouissement au travail (69 %) et la possibilité d'être vraiment soi-même (66 %). La flexibilité des horaires et du lieu de travail est également déterminante. Les 45 % de personnes interrogées qui ne peuvent pas du tout travailler à domicile sont nettement moins satisfaites de leur travail ; elles se sentent moins appréciées et moins épanouies au

travail. Mais que se passe-t-il si un changement de travail ne peut pas être réalisé facilement, par exemple parce que l'on a des responsabilités familiales et que des emplois bien adaptés ne courent finalement pas les rues ? Quatre personnes salariées sur cinq n'envisagent pas de changer d'emploi pour le moment. En revanche, pas mal d'entre elles semblent envisager le *quiet quitting*. A.K.

### Les opposants et opposantes

Le phénomène très en vogue du *quiet quitting* ne fait pas le bonheur des entreprises qui, jusqu'à présent, misaient sur l'engagement supplémentaire (souvent non rémunéré) de leurs employés et employées ; elles craignent désormais une perte de productivité et une baisse de la loyauté. Cette tendance serait l'expression du fait qu'une génération narcissique constate que la vie (professionnelle) n'est pas une cour de récréation et que tout ne tourne pas toujours autour de son propre bien-être, fustige-t-on. Et l'on suppose, voire espère, que ces personnes finiront par devenir carriéristes. Les autres s'enliseront : telle est la menace latente. L'auteur et expert médiatique conservateur Matt Walsh résume de manière acerbe que la plupart des personnes qui célèbrent un comportement minimaliste au travail sous le terme de *quiet quitting* ne sont rien d'autre que paresseuses. Et, selon lui, ce phénomène a toujours existé :

« Si tu veux travailler le moins possible, c'est de la médiocrité pure et simple. Si tu ne veux atteindre que la médiocrité dans ta vie, d'accord. Mais alors, ne te plains pas si d'autres te dépassent. » Le fantasme de gravir l'Everest ou, simplement, de suivre un cours de peinture pendant son temps libre ainsi gagné deviendrait généralement pas réalité. Cette réalité consisterait plutôt à regarder davantage Netflix et à fixer son téléphone portable. Kevin O'Leary, président de O'Shares Investments, déconseille lui aussi vivement le *quiet quitting* à tous les jeunes qui veulent faire carrière : « Tu dois dépasser les attentes et en faire plus, parce que tu le veux. » Lui-même encourage ce genre de personnes ayant une éthique de travail exceptionnelle. Seules elles réussissent, selon lui. A.K.

### Les adeptes

Les partisans et partisans de cette nouvelle tendance ne se considèrent pas comme paresseux. L'objectif ne serait pas de ne rien faire, mais d'accomplir les tâches convenues par contrat « conformément au devoir ». Le terme *quitting* ne serait donc pas approprié. Les propagandistes de la nouvelle tendance rappellent un peu Cordelia, la fille du roi de Shakespeare : elle s'était défendue de devoir couvrir son père, Lear, de déclarations d'amour exagérées : « J'aime votre Altesse comme il convient à mon devoir, ni plus, ni moins. » Cordelia, comme on le sait, fut sévèrement punie. On ne prendrait ainsi pas congé intérieurement de l'entreprise et du poste de travail, mais uniquement du stress, des pensées toxiques constantes autour du travail. Il s'agirait plus d'une situation gagnant-gagnant, car les patrons et patronnes profiteraient du fait que les personnes employées ne foncent pas ainsi vers le burn-out, le cynisme ou l'effondrement.

Le quadragénaire Clayton Ferris (près de 50.000 abonnés) souligne sur TikTok qu'il travaille au moins aussi dur qu'avant, mais qu'il prend mieux soin de lui. Même son de cloche auprès d'un cadre de 32 ans, spécialisé dans les études de marché. Il déclare, dans le *Wall Street Journal*, qu'il continue à mener à bien tous ses projets et qu'il reçoit un bon feedback, même s'il a enfin des soirées et des vacances pour lui tout seul. Le *quiet quitting* pourrait devenir la « grande libération », en réponse au « grand licenciement », commente la sociologue Nilufar Ahmed, de l'Université de Bristol. En tant que protection contre la maladie mentale, la tendance permettrait aussi d'économiser des coûts pour la société. « Les gens refusent le surmenage et le burn-out ; ils choisissent la joie et l'équilibre », explique la sociologue. « Ils fixent des limites, de sorte que leur identité et leur valeur personnelle ne sont pas liées à leur productivité au travail. » A.K.