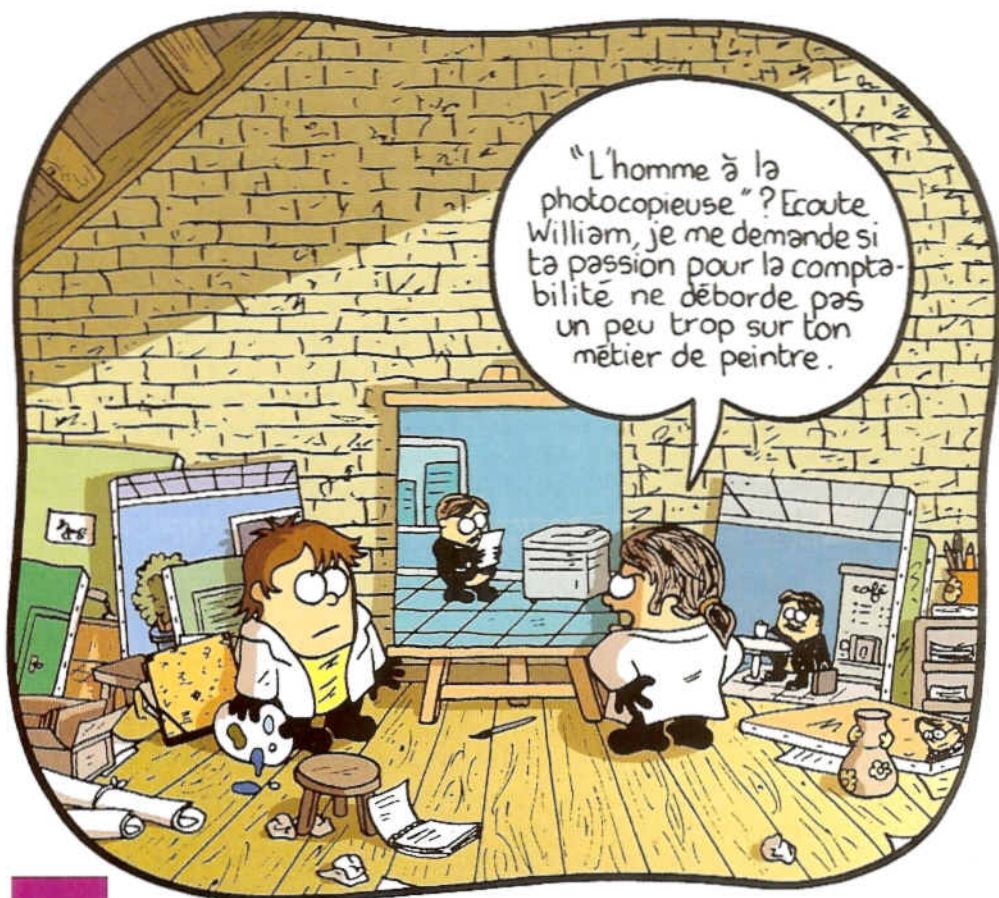


Quand une passion devient un atout

Votre amour inconditionnel pour l'équitation, le théâtre, le jazz ou la voile empiète sur votre temps de travail ? Arrêtez de culpabiliser et découvrez comment certains sont parvenus facilement à transformer leur hobby en avantage.



MARTIN VIDBERG

ELLE A LONGTEMPS hésité. Et puis cette année, elle s'est lancée : enfin quitter Paris, ses longs temps de transport, sa vie bousculée entre boulot, enfants et jardin secret. Elle a demandé sa mutation pour une ville calme, en province. Bien

sûr, dans la grande enseigne culturelle où elle travaille, personne ne sait pourquoi cette cadre de vente a fait ce choix à 41 ans, l'âge des grands tournants de carrière. L'aurait-elle confié qu'elle se serait trouvée confrontée, au mieux, à quel-

ques visages stupéfaits ou go-guenards. L'astrologie, sa passion, elle rêvait d'en faire un métier. Ce sera pour... dans une dizaine d'années, quand les enfants auront grandi. Loin de la capitale, elle aura plus de temps à y consacrer.

Christine Ducamp-Mayolle, coach et psychologue, s'est fait une spécialité d'accompagner des cadres dans l'arbitrage de ces hésitations. *"Certains finissent par décider de vivre de leur passion, mais ce n'est pas un but en soi : l'important, c'est de dépasser le stade du conflit intérieur, car l'inverse peut s'avérer coûteux sur le plan psychique."*

Certes, tous les hobbies ne se révèlent pas aussi envahissants au quotidien. Et, souvent, ceux qui les pratiquent réussissent à trouver un équilibre avec leur gagne-pain. C'est le cas de Laurence Bucher, responsable de la communication chez un éditeur : cette ancienne du cours Simon, une prestigieuse école de théâtre de la capitale, file à ses répétitions plusieurs soirs par semaine. Depuis des années, elle mène ainsi de front travail et vie artistique. Sa méthode ? *"Bonne gestion du temps et efficacité !"* résume-t-elle.

Cela ne va pas sans quelques efforts. *"Une hygiène de vie très stricte"* et, pour qu'on ne puisse rien lui reprocher en termes de résultats et d'implication au travail, une utilisation optimale des RIT, des week-ends et des vacances.

QUI EST CONCENTRÉ 100% DU TEMPS ?

ÉVIDEMMENT, LES VEILLES de "générales", il ne faut pas demander la lune à Laurence : *"J'ai un peu le trac et pas forcément toute la tête au travail. Mais quel salarié peut s'enorgueillir d'être concentré 100% du temps ?"* En contrepartie, elle estime avoir développé des qualités utiles à son exercice professionnel : solidarité, écoute et bonne mémoire.

Cet enrichissement réciproque des activités est, pour la coach Christine Ducamp-Mayolle, le comble de l'intelligence en psychologie, *"une capacité d'adaptation qui consiste à équilibrer les deux*

pôles d'une vie". Grégoire Gatbois, associé chez Krauthammer (une société de coaching, consulting et training), a investi beaucoup de volonté dans ce désir de tout concilier. Ce fan d'art contemporain et de jazz a même trouvé le moyen de faire d'une pierre deux coups : *"Je partage plus de 50% du temps consacré aux concerts et aux expos... avec mes clients !"*

LA PASSION, SOCLE DE DÉVELOPPEMENT

ATTENTION CEPENDANT AUX frustrations en cas de sevrage. *"Quand je suis privée de ma passion trop longtemps, cela se répercute sur mon humeur, annonce tout sourire Isabelle, contrôleur de gestion à la Caisse d'allocations familiales et fan d'équitation. Monter plusieurs fois par semaine me permet de retrouver une fraîcheur d'esprit et de mieux vivre les contrariétés professionnelles."*

Confirmation de Christine Ducamp-Mayolle : *"La passion est un socle de développement. Être bien hors du boulot, c'est être bien dedans !"* À condition de prouver chaque jour à son employeur qu'elle ne s'assouvit pas aux dépens du travail. Et aussi de persuader les recruteurs

que la passion constitue une réelle richesse recyclable dans l'univers professionnel.

"Je porte toujours une attention particulière à ce que l'on trouve dans la rubrique Divers d'un CV, témoigne ainsi Éric Hauptmann, expert en recrutement et auteur du Guide du candidat recruté (Éd. Solutions en RH, 2008). Je trouve plus d'intérêt à discuter avec un candidat qui ose mettre en avant, argumenter, vivre une passion. Ces éléments apportent un regard complémentaire sur la personnalité, l'engagement."

Certains sont si impliqués qu'ils décident d'en faire leur activité principale. Maxime, 33 ans, fou de voile et frustré dans son job de responsable marketing, a tout plaqué pour monter son agence de communication dans le nautisme. Alain, 43 ans, consultant en informatique et passionné de cuisine, a ouvert son restaurant et s'est progressivement désengagé de ses activités premières : *"Moins concentré et moins enthousiaste au travail, je pensais plus à ma prochaine carte, à mes rendez-vous avec mes fournisseurs. J'ai préféré faire le grand saut !"*

—GAËLLE PICUT

GESTION du temps et hygiène DE VIE

EN COMPLÉMENT, UN DOSSIER SPÉCIAL QUI RASSEMBLE TOUT NOS ARTICLES CONSACRÉS AUX CADRES QUI ONT FAIT DE LEUR PASSION UN MÉTIER :



courriercadres.com/metier-passion

Comment réussir à tout concilier

► Mettre en place de bonnes stratégies

d'organisation : se fixer des règles, optimiser son agenda, prévoir à l'avance les impératifs liés à votre passion pour ne pas perturber votre vie professionnelle.

► Jouer la transparence et la modération :

en parler à son entourage professionnel, notamment à son supérieur hiérarchique, pour qu'il comprenne mieux votre passion. Mais éviter d'en abuser pour ne pas passer pour un dilettante au travail.

► Montrer en quoi votre passion est un atout et non un handicap dans votre vie

professionnelle : elle peut développer sens du dépassement, résistance au stress, endurance...

► Expliquer que cette passion vous permet d'être plus équilibré, de décupler votre énergie.

► Si la vie professionnelle est cannibalisée, envisager différentes

solutions : recadrer sa pratique, négocier un aménagement d'horaires, un temps partiel ou une année sabbatique, changer de métier ou créer une activité en lien avec sa passion.