LE BONHEUR AU TRAVAIL DOIT-IL ÊTRE UNE PRIORITÉ ?

Définir les mots clés

Étymologie du mot travail : Travail vient du latin « tripalium » instrument de torture dans la Rome antique.

Le bonheur : sentiment de satisfaction profonde / d'accomplissement personnel
L'épanouissement / le rayonnement
Être comblé(e)

Composantes du bien-être au travail

La confiance en soi / avoir la confiance des autres
Une atmosphère / une ambiance détendue
Des équipes soudées / l'entraide
La transparence des décisions
La stimulation / la créativité / l'autonomie
La responsabilisation / la prise de décision
Un travail reconnu / valorisé
L'estime de soi / le besoin de reconnaissance
Une vocation / une passion
Être en accord avec soi-même
Donner un sens à sa vie
Partager des valeurs / des convictions
Adhérer à un projet
L'implication / l'investissement
L'engagement / le dévouement
Se sentir utile ≠ se sentir inutile
La bienveillance ≠ la malveillance
La gratitude, gratifiant(e) ≠ l'ingratitude, ingrat(e)
Valoriser ≠ dévaloriser
De bonnes ≠ mauvaises conditions de travail
C'est bon ≠ c'est mauvais pour le moral
une activité passionnante ≠ ennuyante, rébarbative, lassante

Le mal-être au travail

La pénibilité / le surmenage / la surcharge de travail
Le stress, l'angoisse, l'anxiété
Travailler sous pression
Un climat conflictuel / tendu
La frustration / la souffrance / le mécontentement
La perte de motivation / le désengagement
Le malaise / l'incompréhension / la dépression
«être mis au placard » (mis à l'écart, sans activités pour pousser à la démission)
Le harcèlement moral

Les nouvelles pathologies professionnelles

Le burn-out : syndrome d'épuisement professionnel par la surcharge de travail
Le bore-out : syndrome d'épuisement professionnel par l'ennui

le brown-out : syndrome d'épuisement dû à l'absurdité des tâches imposées

Les entreprises

les DRH : Directeur / directrice des Ressources Humaines
La rentabilité / l'efficacité / la productivité
L'absentéisme

Les décisions de carrière

Avoir un plan de carrière
Les prétentions salariales
Les possibilités d'évolution
Démissionner
Suivre une formation
Une reconversion professionnelle :
changer de métier / de carrière

Expression

« Être bien dans sa peau » : se sentir épanoui(e) / en phase avec soi-même ≠ « être mal dans sa peau »

Point info

Trois quarts des Français se disent heureux dans leur travail et les premières raisons qu'ils énoncent sont l'autonomie et l'intérêt dans leur métier. Selon un sondage IFOP de 2016.

Suggestion de documents à consulter

Vidéo France 24, 2 min 24, Le bonheur au travail 2016
https://www.youtube.com/watch?v=b4lhjmMaGUA
Le mythe du bonheur au travail, 5 min, France Culture
https://www.franceculture.fr/emissions/ le-journal-de-la-philo/le-mythe-du-bonheur-au-travail
Vidéo 6 minutes, Le Monde, Faut-il être heureux au travail ?, Janvier 2019
https://youtu.be/4MVVWkALeYE

Le bonheur au travail doit-il être une priorité ?

Le lexique

Exercice 1. Complétez ce texte avec les mots suivants :
s'identifient • vocation • personnalité • accomplissement • souffrance • s'investissent • réussite professionnelle.

Souvent, la première question posée à une personne que l'on rencontre est « que faites-vous dans la vie ? » Comme si le métier résumait la ……..

Dès lors, de nombreuses personnes …… à leur travail et ……
au point de comparer leur bonheur à leur ……..

On comprend alors pourquoi, effectuer des tâches que l'on n'affectionne pas est vécu comme
une …… alors que les métiers à « …… » sont considérés
comme la voie royale pour atteindre l'…… de soi.

Exercice 2. Trouvez l'antonyme.

1. Un emploi gratifiant :

……

2. Une attitude malveillante :

……

3. Une ambiance apaisée :

……

4. L'engagement :

……

5. Un métier passionnant :

……

L'argumentation

Répondez à la question du sujet de réflexion proposé :
Le bonheur au travail doit-il être une priorité ?
Utilisez une des méthodes de la fiche méthodologique pour mobiliser vos connaissances et vos idées puis :

1. Listez et classifiez vos arguments et pour chacun d'entre eux proposez un exemple précis.
2. Rédigez une courte introduction.
3. Rédigez une conclusion.