

## 7.6. Vie privée – vie professionnelle: Un équilibre source de valeur ajoutée

De plus en plus d'employés font de l'équilibre privé/professionnel une priorité. Pour leur part, les employeurs se sont rendu compte que cet équilibre était source de valeur ajoutée. Si l'on juxtapose les deux positions, la question essentielle s'impose d'elle-même: comment optimiser la 'work-life balance' ? Nous abordons ici quelques pistes.

Il suffit de jeter un œil sur les annonces de recrutement: elles sont on ne peut plus éloquentes. La description de la fonction fait de plus en plus souvent référence à l'équilibre vie privée vie professionnelle, parfois même explicitement. Il est symptomatique de constater à quel point cette balance est devenue une véritable tendance.

Les enquêtes démontrent d'ailleurs que toutes les générations y attachent une grande importance, tant la génération Y (les 20/28 ans) que la génération X (les 29/44 ans) ou que les 'baby boomers' (les 45/59 ans). Ce pont entre les générations est une première constatation dont il faut tenir compte.

### **Le stress: comme un chien au milieu d'un jeu de quilles**

La deuxième constatation est que ce thème est surtout abordé du point de vue de l'employé. Voici un extrait d'une interview récemment parue dans Bizz: «Chacun d'entre nous à trois 'vies': une vie professionnelle, une vie privée et une vie personnelle. Trop de gens font abstraction de cette 'troisième' vie alors qu'elle est indispensable pour pouvoir vivre les deux autres.» L'interviewé n'était autre que Carlos Rodriguez, consultant pour la société de coaching NexP et entraîneur de Justine Henin. Le stress est, semble-t-il, omniprésent. D'une certaine manière, on pourrait le comparer à un chien qui se jette au beau milieu d'un jeu de quilles, ou autrement dit un lien sain entre univers privé et professionnel. Une enquête menée par ZebraZone (Securex Research Center) auprès de 1.500 employés belges révèle que 40 % d'entre eux sont confrontés au stress. Les plus touchés sont surtout les personnes qui travaillent à plein temps, dans de grandes entreprises, qui ont un diplôme universitaire et exercent une fonction de cadre. En cause: le rythme de travail et la pression. Il existe différentes manières de répondre à cette situation. D'ailleurs, conseils - 'trucs' - et méthodes d'accompagnement spécialisé ne manquent pas.

### **Augmentation de la productivité**

Si l'on change de point de vue, que l'on examine le phénomène du côté de l'employeur, force est de constater que le bon équilibre entre vie privée et vie professionnelle renforce l'efficacité du fonctionnement de l'entreprise. Fin 2009, le consultant HR britannique Morgan Redwood publiait les résultats d'une enquête récente. Dans ses conclusions, il apparaît que les employés bénéficiant d'une bonne 'work-life balance' présentaient une productivité de 20 % supérieure. Dans la réalité, les bénéficiaires sont même plus importants. Cinq avantages spécifiques sautent aux yeux: le recrutement est plus aisé, la solidarité est plus importante, l'envie augmente, l'absentéisme diminue et, comme déjà évoqué, la rentabilité s'accroît.

## Quelques pistes

La conclusion, provisoire, est évidente: une bonne 'work-life balance' est plus qu'une simple demande dont l'importance augmente: en faire une priorité peut mener à une vraie relation win-win, tant pour l'employeur que pour l'employé. Il ne se pose, en fait, qu'une seule question, évidemment cruciale: comment optimiser cette équilibre? En regardant de près les initiatives lancées par les entreprises, on trouve toute une série de pistes ou de mesures intéressantes.

Le travail à domicile en est une. Dans la pratique, il y a bien sûr un gain de temps considérable du point de vue des déplacements, ce qu'apprécient fortement les intéressés. Autre piste: l'entreprise peut offrir à ses salariés toute une série de services.

Il peut s'agir de livraison à leur domicile de produits qu'ils auraient commandés, de service de lessivage/repassage, d'aide à domicile lors de la maladie d'un enfant ou même de la fourniture de repas à emporter pour le soir. Certains employeurs se préoccupent beaucoup de la santé de leur personnel en leur offrant, par exemple, d'intéressantes assurances hospitalisation ou en prenant des mesures de prévention en matière de cancer ou de maladies cardio-vasculaires. Les choses vont parfois encore plus loin, l'entreprise essayant de mettre en place un rythme de travail correspondant le plus possible aux différentes périodes de la vie de leurs employés. Les jeunes apprécient un rythme soutenu, les anciens aspirent à plus de calme alors que ceux qui ont de jeunes enfants ont davantage besoin de flexibilité horaire. Le bien-être au travail contribue de manière essentielle au bon équilibre privé/ professionnel. Et les petits détails ont leur importance: une cafétéria agréable, un coin pause-café, une table de ping-pong ... Il n'y a de limite que l'imagination!

Michaël Vandamme  
PME KMO Magazine N° 285 – Décembre 2009