



par
**Jérôme
de Dinechin,**
ICA

Jérôme de Dinechin est coach,
et responsable de la Section
Carrières du CGARM

Pour quoi suis-je donc fait ?

Les personnes que nous rencontrons à la Section Carrières, principalement des ingénieurs, sont nombreuses à se poser la question de leur « vocation professionnelle ». La question, lancinante, ressemble souvent à un « mais pour quoi suis-je donc fait ? » et s'accompagne d'une sorte de découragement : « tout le monde doit se poser la même question, non ? »

Et si elle était plus que cela ? C'est ce que je vous propose d'explorer ci-dessous.

Il est facile d'identifier autour de nous des personnes qui « sont bien » dans leur métier, et d'autres non. Ceux qui « sont bien » regorgent de vie, mènent plusieurs activités de front, éprouvent une saine fatigue mais récupèrent vite, et rayonnent autour d'eux. Les autres sont comme éteints, brûlés de l'intérieur, se découragent dans leurs travaux, sont souvent dans le questionnement du sens : « à quoi bon ? ». Vers le milieu de la vie, ils vivent un besoin urgent de changement et voudraient tout recommencer à zéro.

Avons-nous des « meilleurs talents » ? Nous possédons en général de nombreux talents, et si nous avons fait de hautes études, on pourrait presque dire que nous en avons plus qu'il nous en faut. Un ingénieur sait par exemple mettre en œuvre des calculs complexes, estimer les apports et difficultés de nouvelles technologies, diriger un projet en assumant des risques multiples, manager des équipes, assumer des risques, se confronter à des intérêts différents des siens y compris en milieu international, etc...

Pourtant, va-t-il ressentir le même goût pour chacune de ces activités ? Il est probable que non. Une fois passé l'intérêt de la nouveauté, elles auront une influence différente sur lui : certaines le nourriront, d'autres le dessècheront. Pour ma part, et comme vous peut-être, j'ai cru qu'apprendre justifiait de faire des choses que je n'aime pas. Ou qu'il était important de se contraindre pour mériter. Ou que

pour réussir, il fallait être ambitieux. N'est-il pas plus simple de mettre en œuvre en priorité les talents qui nous nourrissent ?

Mais nos meilleurs talents ne sont pas là par hasard. Ils cherchent à s'exprimer dans un « service ». Sans revenir sur les neuf niveaux du sens que je vous invite à creuser dans l'excellent ouvrage « les responsables porteurs de sens » de Vincent Leenhardt, nous trouvons en général le maximum de satisfaction personnelle lorsque nous participons à une œuvre. Cette œuvre peut être le service de son pays, de son entreprise, de sa communauté, etc...

Comme aimait à le rappeler Victor Frankl en citant Nietzsche, « Celui qui a un pourquoi lui tient lieu de but, de finalité, peut vivre avec n'importe quel comment »

Comment trouver notre service ou dit autrement, notre « vocation professionnelle » ? Je vous propose de le chercher du côté de notre intuition profonde. Au cœur de notre personne en effet, se trouve notre inconscient, qui a fait l'objet de bien des découvertes et des théories. Le principe de cet inconscient, c'est qu'il ne se laisse pas attraper facilement par notre conscient ! A titre d'exemple, demandons-nous à quel âge remontent nos premiers souvenirs.

Wilder Penfield, neuropsychiatre canadien, s'est rendu célèbre dans les années 50 en implantant des électrodes dans le rhinencéphale de ses patients, souvent à leur insu. Leur stimulation déclenchait des crises émotionnelles attachées à des souvenirs de la prime

enfance, et totalement oubliés, voire refoulés : un jouet cassé, la peur d'avoir été abandonné, une injustice... Réservoir de nos « refoulements » et autres expériences oubliées, notre inconscient contient également notre identité profonde avec sa dimension de gratuité, de soif d'absolu, de mission, ..., ce que Jung appelle le « Soi » ou l'« imago dei ».

Sans aller jusqu'à l'électrostimulation, je vous propose trois méthodes pour essayer de mobiliser votre inconscient pour qu'il vous aide à déterminer à la fois vos meilleurs talents et le service auquel vous êtes appelé.

Les rêves qui nous ont enchanté

Tous les petits garçons veulent être pompiers, et les petites filles dresseuses de poneys.

Mais au delà de ces stéréotypes, nous portons des rêves d'enfant ou d'adolescent qui nous sont bien personnels. Tel voulait être explorateur, tel autre médecin, un autre encore ami universel, un autre peintre...

Ces rêves disent quelque chose de nos aspirations profondes.

Pourrions-nous essayer de nous replonger dans le temps, jusqu'à ressentir ce que nous avons souhaité ? Puis sur une feuille, décrire en quelques phrases les points importants de chaque rêve.

Une fois la description terminée, revenons aujourd'hui. Comment relisons-nous ces phrases ? Que signifient-elles en profondeur, de nous et pour nous ? Leur avons-nous don-

né une réalité dans tout ou partie de nos activités ? Pourquoi ? Aurions-nous envie de leur donner la liberté de le faire ?

Les expériences-sommets

On appelle « expérience-sommet » un moment où tout dans notre vie semble se mettre en cohérence. Comme un point d'orgue en musique, nous avons alors le sentiment que le temps s'arrête (1^{er} critère), et que tout est comme cela doit être.

Dans cet instant, nous recevons aussi de la joie (2^{ème} critère), et une envie de dire merci à quelque chose ou tout simplement à la vie.

On recherche particulièrement les expériences-sommets où l'on n'est pas tout seul. Bien sûr, un soleil levant est magnifique, mais il le sera d'autant plus que nous nous serons levé tôt et que nous aurons marché en cordée dans la nuit pour arriver au bon endroit au bon moment... Souvent, les personnes qui nous entourent à cet instant ressentent la même chose et nous témoignent de la gratitude (3^{ème} critère). Ces expériences sont assez rares, typiquement une fois tous les cinq à dix ans. Pourtant, elles sont un puissant révélateur de nos meilleurs talents, ceux dont la mise en œuvre nous comblera.

Et pour nous, quelles expériences-sommets avons-nous vécues ? Je vous conseille de les décrire en quelques lignes, jusqu'à ce que la description soit suffisamment évocatrice, c'est-à-dire qu'elle rappelle une émotion. Puis dans un deuxième temps, de recher-

cher les talents mis en œuvre pour que cela adienne. Ensuite, de reformuler ces talents pour qu'ils puissent s'appliquer dans notre vie d'aujourd'hui.

Ce qui nous nourrit, ce qui nous pèse

Dans nos activités, nous savons bien ce que nous préférons, là où nous avons de la valeur ajoutée personnelle. J'ai l'exemple d'une personne qui se sent la vocation de meneur d'équipe en situation difficile. Ses meilleurs souvenirs sont ceux de challenges réputés impossibles et qu'elle a transformés en succès. Une autre dont le mot clef est « soigner », une autre « éclairer, expliquer ». Cela concerne les activités professionnelles bien sûr, mais aussi tous les domaines de notre vie. *Je vous invite à en faire la liste.*

Au contraire, d'autres activités me fatiguent au-delà de la normale. Les expressions populaires en parlent : « j'en ai plein le dos, c'est lourd à porter, ça me donne des boutons, ... » *Et nous, aujourd'hui, qu'est-ce que notre corps veut nous dire de notre équilibre de vie ?*

Nous parlons ici de compétences acquises, celles que détectent les tests de bilans de compétences. Mais il se peut que dans notre histoire, certains de nos talents n'aient pas eu l'occasion de se développer : c'est l'exemple d'un enfant mélomane dans une famille sans culture musicale, d'un manuel dans un environnement intellectuel. Pourtant, ces talents

sont présents en nous et ne demandent qu'à grandir. Ils nous apporteront beaucoup de joies si nous leur donnons la liberté d'éclorre. *Y a-t-il des envies que nous portons depuis longtemps mais que nous n'avons pas eu l'occasion de développer ?*

Au terme de ce questionnement, en reprenant les différentes listes évoquées ci-dessus, quel sens cela prend-il pour moi aujourd'hui ? Comment pourrais-je les vivre mieux dans mes activités actuelles ? Il se peut également que ma vie actuelle ne me permette pas d'exprimer ce que je sens pouvoir changer dans le monde... Alors quel(s) changement(s) effectuer dans ma vie ?

Bien d'autres approches convergentes avec celles-ci peuvent nous aider à déterminer notre service ou à lui rendre son sens. Progressivement, sa formulation va s'affiner : on reconnaît ce pour quoi l'on est fait ; on identifie quelle forme cela pourrait prendre idéalement ; on projette comment cela va se mettre en place dans un futur proche.

Connaître ses meilleurs talents et sa vocation professionnelle procure habituellement un sentiment de libération, comme si l'on se dégageait d'un destin pesant. Pour un ingénieur habitué à se conformer à une règle du jeu sans la remettre en cause, comme celle des études, des concours, ou des premiers jobs, c'est comme si le plafond s'ouvrait.

Bien sûr, le chemin n'est pas achevé pour autant. Pour celui qui est à l'arrêt, se mettre en mouvement revient à se confronter à une « inertie infinie ».

Il nous faut donc d'abord accepter cette vocation professionnelle, la (re)choisir.

Ensuite, agir en conséquence dans tous les compartiments de notre vie, que ce soit progressivement ou avec des ruptures pour nous en rapprocher.

Il est certain que ce choix entraînera des pertes et des renoncements, des critiques aussi.

En contrepartie, beaucoup d'aides se manifesteront le long du parcours, ainsi que l'a remarqué Goethe, « Il existe pourtant une vérité première dont l'ignorance a déjà détruit d'innombrables idées et de superbes projets : au moment où l'on s'engage totalement, la providence éclaire notre chemin. Une quantité d'éléments sur lesquels l'on ne pourrait jamais compter par ailleurs contribue à aider l'individu. »

Si vous m'avez lu jusqu'ici, y a-t-il quelque chose qui a bougé ? Quel que soit votre âge, il est possible de vous rapprocher de ce que vous êtes. Alors, pour quoi êtes vous faits ? Parlons-en. 🐦



Rendre son sens à ce que l'on fait