

# Débrouillologie la dernière tendance...

Consommer autrement, **combiner ses acquis**, louer une chambre de son appart, et surtout **inventer son job...** Autant de façons de solliciter **nos ressources** pour faire face, et **changer notre vie**. PAR VALÉRIE JOSSELIN

**D**ans une rupture d'équilibre – ce qui définit la crise – on apprend à tenir autrement. Les fissures du système ont ouvert des voies multiples pour s'en sortir et bousculé notre système de valeurs et de représentations. On organise des videgreniers, on arrondit nos fins de mois grâce à nos hobbies, on échange notre appart pour voir du pays. Le *do it yourself* a remplacé le *made in China*. La débrouille version 2016 mise aussi sur l'entraide et le partage, gagnant ainsi ses lettres de noblesse. « Une mini "contre-société" s'organise, qui refuse les lourdeurs du système et n'attend rien des institutions », observe Anne-Caroline Paucot, experte en pédagogie de l'innovation. Chacun est poussé à inventer sa vie, son métier. « Aujourd'hui, 65% des jeunes qui sortent diplômés exerceront un métier qui n'existe pas encore, prédit la prospectiviste. Tout est mouvant, précaire, et donc possible. Puisque rien n'est sûr, autant faire ce qui nous plaît vraiment. » Une journaliste de *Femme actuelle* a même inventé ce mot : « débrouillologie » pour nommer ce qui s'impose comme un fait social.

## Ni passivité, ni victimisation

A la manière de pionniers, on transforme son ras-le-bol en moteur d'innovation. On s'active, on s'entraide. On profite des vides juridiques ou des tolérances législatives pour arrondir ses fins de mois quand nos clients mettent la clé sous la porte. C'est le cas de Louis, 45 ans, intermittent du spectacle, qui peine à obtenir suffisamment de cachets pour vivre. Alors, plusieurs jours par mois, il loue 30€ la nuit une chambre de son petit appartement, soigneusement décoré et accueillant. Quant à Laetitia, comptable folle de danse classique, elle a dit banco quand une copine lui a proposé de donner des cours de barre au sol dans

son entreprise. Mais, pour chacun, pas question d'agir en dilettante : rigueur de pro, valeur ajoutée, service impec. Dans le système D, la concurrence est rude mais, surtout, on veut rester en accord avec soi-même.

## La connaissance de soi et de son potentiel

Pour cela, mieux vaut chercher à se connaître, afin de canaliser ses ressources et réaliser des projets qui n'ont pas forcément de modèles. C'est l'optique de Marianne, 50 ans, au chômage depuis deux ans. Ex-cadre, elle souhaite se reconverter dans un métier sur mesure. Alors, elle ne laisse rien au hasard : séances

### Des pistes pour inventer son job



**A lire :** *Ils ont changé de vie*, de A. Grosse (éd. La Martinière) : 28 portraits d'aventuriers modernes et inspirants, avec un guide pour évaluer et réaliser ses motivations. Le trimestriel *Usbek & Rica*, qui ex-

plore le futur : [www.usbek-et-rica.fr/magazine](http://www.usbek-et-rica.fr/magazine)  
• **A consulter** Le Dico des métiers du futur : [www.propulseurs.com](http://www.propulseurs.com), [www.creer-saboite.fr](http://www.creer-saboite.fr) pour s'imprégner d'un concept à l'étranger, trouver la tendance, développer des talents...

avec son psy et coaching pour faire le point sur elle-même et sur ses rêves. Car une épreuve (licenciement, rupture, faillite) peut aussi nous faire prendre conscience de ce qui est essentiel pour nous. Dans ce sens, Hélène Roubeix, directrice de l'Ecole de PNL humaniste<sup>1</sup> incite à s'interroger : « Est-ce que je me lance dans ce projet pour me rapprocher de ce que je suis ? ou pour gagner plus d'argent et de bien-être ? » De nos réponses vont jaillir les critères essentiels de l'épanouissement désiré.

La psychanalyste Luce Janin-Devillars<sup>2</sup> suggère de tester sa vocation sur le terrain comme bénévole, ou en s'inscrivant sur un site faisant appel aux compétences des particuliers. « Afin de mettre ses désirs à l'épreuve de la réalité et de vérifier qu'il ne s'agit pas d'un fantasme. »

## Prendre conscience de sa singularité

Eveline Bouillon<sup>3</sup>, créatrice du « coaching créatif orienté solution » constate ce fait : « Tant qu'une personne n'a pas la conscience de son point fort ou de son originalité, elle gâche du temps, se trompe de direction et perd en confiance et en objectivité. » Alors, on s'interroge : « Que puis-je amener de différent pour changer mon environnement ? » Sarah, 47 ans, a suffisamment travaillé ses passions pour envisager d'en faire un job. Délire ? Non. « On a trop tendance à cloisonner les univers personnel et professionnel, regrette Anne-Caroline Paucot<sup>4</sup>. Or, transformer son hobby en activité pro







c'est embarquer, pas se laisser embarquer. Et comment trouver son itinéraire *bis*? « En n'hésitant pas à métiasser ses compétences, indique Anne-Caroline Paucot. Associez des domaines que vous aimez, et dans lesquels vous avez de l'expérience, puis inventez votre recette. » On peut la tester en créant un blog, en la partageant sur les réseaux sociaux, les forums... C'est ainsi qu'Elodie Martins-Madureira est devenue photographe-thérapeute. Et plutôt que de se laisser influencer par les idées préconçues (« Tu fais ta crise de la quarantaine », « Après 50 ans, trop tard pour bifurquer »), faites une enquête auprès des banques, des professionnels du secteur qui vous attire ou des entrepreneurs qui ont claqué la porte de leur boîte pour monter un projet innovant.

### **Tirer profit de la moindre opportunité ou rencontre**

« Pour inventer un nouveau service ou un nouveau job, mieux vaut ne pas partir du vide mais de ce qui existe pour y apporter une réponse nouvelle, une autre manière de faire », souligne Luce Janin-Devillars. On peut ainsi profiter d'une révolution technologique pour imaginer une activité ou simplifier son quotidien : par exemple, confectionner des bijoux ou des objets de déco originaux avec une imprimante 3D. Investiguez, cherchez le remarquable au quotidien. Cela peut être simplement une astuce développée par une mère de famille, une situation qui a débouché sur un progrès, un changement utile... Ou une pratique qui existe à l'étranger et ne demande qu'à être importée. « On peut aussi partir de soi, poursuit la psy : "De quoi ai-je besoin que je ne trouve nulle part?" » Et partagez, fédérez les bonnes personnes autour de votre idée. « Les compétences nécessaires pour monter un projet sont multiples et rarement toutes contenues dans une seule tête pensante », rappelle Eveline Bouillon. Le projet d'habitat participatif Coop Coteau à Ivry-sur-Seine impulsé par une dizaine de familles n'aurait pas vu le jour sans le collectif d'architectes militants de l'Atelier 15. A plusieurs, on est plus forts. ■

1. Auteure de « Pour apprendre à mieux se connaître et vivre en harmonie avec soi et les autres », éd. Anne Carrière. 2. Auteure de « Changer sa vie », éd. Michel Lafon. 3. Coauteure de « Développer ses talents et sa créativité », éd. Hachette. 4. Auteure du « Dico des métiers de demain », éd. Les Propulseurs.

ouvre bien des perspectives. » C'est aussi le chemin pris par Tamia et Julia, amatrices de thé et créatrices de l'entreprise Thé Box, la première à livrer du thé à domicile. La journaliste Véronique Aïache, amoureuse des chats, a lancé TVCats, la première WebTV consacrée à l'univers des chats. Franck et Delphine sont « navigartistes » sur leur bateau qui abrite leurs acrobaties à travers le monde... Trouver son style de créativité nécessite souvent d'optimiser ses acquis ou d'acquérir de nouvelles compétences : anglais, informatique... « En matière de formation, il est indispensable de distinguer le frein imaginaire de la contrainte réelle », précise Luce Janin-Devillars.

### **Ne pas hésiter à jouer hors catégorie**

La « débrouillologie » exige quelques émancipations des critères familiaux, du qu'en-dira-t-on. « Nous sommes souvent pétrifiés à l'idée d'inquiéter ou de décevoir nos proches, ajoute Liliane Holstein, psychanalyste. Se détacher de ces peurs projetées sur notre parcours personnel est indispensable pour sortir du fantasme qui paralyse l'action. » Innover,

**Une mini «contre-société» s'organise, qui refuse les lourdeurs du système et n'attend rien des institutions. Tout est mouvant, précaire. Puisque rien n'est sûr, autant faire ce qui nous plaît vraiment.**

## **Ce qu'ils en pensent**



### **Ma petite entreprise**

« J'ai rencontré Yann et Jacques-Henri en école de commerce. En quatrième année, nous avons eu l'idée de créer une association, La Cravate solidaire. C'est parti d'un constat : beaucoup de gens ne peuvent s'offrir un tailleur ou un costume pour un entretien d'embauche, alors que certains placards sont pleins à craquer ! Nous n'avons fait aucune étude de marché, c'était un projet spontané auquel on croyait. Aujourd'hui, nous aidons plus de 600 personnes par an et disposons de quatre salariés, grâce à la participation de 200 bénévoles, aux subventions de « La France s'engage », mais aussi aux collectes de vêtements dans les entreprises. Et des antennes se créent un peu partout en France. »

Nicolas, 27 ans



### **J'ai inventé la socio-coiffure**

« Pendant vingt ans, j'ai conseillé les entreprises sur leurs stratégies commerciales. C'est ainsi que j'ai eu l'occasion de former des coiffeurs qui utilisaient des prothèses capillaires à l'hôpital. Très vite, j'ai compris que ces professionnels n'étaient pas formés pour coiffer des personnes fragilisées. Or il existe un vrai besoin dans les hôpitaux, les maisons de retraite, les maisons d'arrêt... Pour créer la Socio Academy\*, en 2011, je me suis appuyée sur mes compétences d'ingénieure projet mais aussi sur un réseau de professionnels. Ma curiosité et surtout le besoin d'aider les autres ont fait le reste ! »

Marie-Pierre, 48 ans

\* Formation en socio-coiffure reconnue par l'Etat.



**Femme  
actuelle**  
UN ARTICLE VOUS INTERESSE  
PAGE 56/57

Spécial  
mode

**Vive  
les courbes**  
Belles & chics  
en toutes tailles

# Se soigner sans médecin

Médecines douces  
notre guide pratique

**Débrouillologie**  
une tendance  
futée à suivre

**PM** PRISMA MEDIA

M 01188 - 1644 - F: 1,80 €



**Le pain,  
c'est bon**  
Toutes nos  
recettes  
craquantes

**Gelée royale,  
des vertus  
santé en or**



Bien choisir et  
poser son carrelage



**Brésil, escapade  
avant les JO**

**Parents solo**  
**LES BONS PLANS**  
**POUR EN PROFITER**  
**EN FAMILLE**

*Le féminin le plus lu en France*  
N°1644 - DU 28 MARS AU 3 AVRIL 2016