



**HAL**  
open science

## Télétravail

Fabienne Martin-Juchat

► **To cite this version:**

Fabienne Martin-Juchat. Télétravail. Les mots de demain: un dictionnaire des combats d'aujourd'hui, Atlante, 2024, 2350308952, 9782350308951. hal-04578438

**HAL Id: hal-04578438**

**<https://hal.science/hal-04578438>**

Submitted on 16 May 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

## Télétravail

Fabienne Martin-Juchat  
Gresec, Universités Grenoble Alpes

in *les 100 nouveaux mots des corps*, sous la direction de Bernard Andrieu (Université Paris Cité), Gilles Boetsch (CNRS), Editions Atlande, à paraître.

### Définition

Le « télé » travail est apparu dans les années 70 aux États-Unis. Jack Nilles, en 1972, invente les termes de « *telecommuting* » et « *teleworking* ». Après avoir travaillé pour l'US Air Force et la NASA, ses recherches à l'Université de Caroline du Sud visent à optimiser le travail à distance grâce à l'informatique (Nilles, 1976). L'idée de télétravail, dès l'origine, est rendue possible grâce à la puissance de l'informatique et s'inscrit dans la continuité de la cybernétique de Norbert Wiener. Ce projet philosophique vise l'optimisation du travail par la rationalisation des échanges info-communicationnels.

### Mots-clés

Déconnexion, Glocalisation, Traçage

Au XXe siècle, le développement rapide et massif de l'informatique du fait du succès de la cybernétique comme projet de société a accompagné un processus constant de « gestionnarisation » de toutes les activités professionnelles (coordination, coopération, communication). Cette informatique de gestion a facilité le processus de tertiarisation de la société, puis l'augmentation des activités nécessitant des applications numériques. Fin XXe siècle, le développement de l'internet a poursuivi cette dynamique avec l'avènement du travail à distance (Silva, Ben Ali 2010). Selon cette philosophie adaptée aux activités professionnelles du secteur tertiaire, le corps n'est qu'un instrument au service du salarié dont l'activité cognitive à dominante audiovisuelle est suffisante pour sa productivité.

Les modèles de gestion du travail basés sur la rationalisation de toutes tâches professionnelles à des fins d'optimisation des ressources et de promesse de gain de productivité ont poursuivi l'idéal cybernétique. Sans ces modèles le télétravail n'aurait pu se développer. Ces modèles ont une conception d'un corps support d'une productivité machinique agrémentée d'échanges désincarnés. Selon ce paradigme, la quantité et la vitesse de transmission et de traitement des données (les informations) sont corrélatives à l'efficacité du travailleur de bureau au détriment d'une écologie du geste qui nourrit une subjectivité faite de sens et d'engagement (Citton, 2012).

Les activités mobilisant le corps dans des activités plurisensorielles et multimodales, car nécessitant du temps et du face-à-face, se sont réduites progressivement dans les entreprises basées sur une économie post-industrielle. Cette réduction s'est accentuée pendant la crise de la Covid-19 incitant les entreprises à augmenter les temps de télétravail. Selon la Dares, « en janvier 2021, 27 % des salariés le pratiquaient, contre 4 % en 2019 » (Erb, Ceren, 2022).

Dans un contexte social d'augmentation du temps passé devant un écran, au plus près du quotidien du travailleur de bureau, qu'il soit ou non en télétravail, les activités sans valeur ajoutée quantifiable ont tendance à disparaître, dans un contexte d'accélération globale des rythmes de travail. Les échanges de socialité considérés comme inutiles, ou ceux éprouvés lors de déplacements, de pauses déjeuner et de cafés sont désinvestis.

En situation de télétravail, l'individu à distance, tracé, voire traqué, tend à être évalué et à s'évaluer à partir de statistiques de productivité où dominent des indicateurs de rapidité de calcul et de réalisation de tâches, ainsi que ceux justifiant un retour sur investissement du temps passé. Ces transformations des tâches professionnelles dont leurs lieux d'exercice ne sont pas sans conséquence sur la vitalité du corps, incluant les représentations individuelles et collectives de ce que doit être le corps au travail.

Pourtant, force est de constater que les demandes émanant des travailleurs et travailleuses relatives à l'augmentation des temps de télétravail ou de travail à domicile augmentent de façon inédite depuis les années 2000, dans un contexte de déploiement des connexions réseau haut débit qui facilitent les échanges informationnels et communicationnels à distance (Jauneau, 2022).

Rencontrer des collègues sur le lieu de travail ne semble donc plus digne d'intérêt face aux injonctions de productivité et de performance. Le projet cybernétique semble fonctionner. Pas besoin de rencontres multimodales pour travailler ; le corps à distance, assis derrière un écran, reste efficace au regard des attendus professionnels.

Ce désir de télétravail pose cependant la question de ce qui paraît le plus faire sens dans les activités professionnelles. Les relations humaines au travail, fruit de rencontres en face à face se raréfiant seraient-elles devenues inutiles ? Pourtant le lieu de travail a toujours été un lieu essentiel pour se sentir relié aux autres, être en résonance corporelle avec ces derniers pour œuvre à un but commun (Rosa, 2016). De même, les temps de libres mouvements du corps sont vitaux en termes de respiration pour les sujets, dans des contextes de normalisation accentuée des comportements corporels au travail par excès de contrôle.

Les interactions en télétravail étant désincarnées par écrans interposés, la question est de savoir si les salariés se réinvestissent, en sus des temps de travail, dans des activités à haute valeur d'investissement charnel comme le sport, afin de retrouver un corps autre que le corps astreint à se conformer à son poste de travail. Entre astreinte du corps face à l'écran, optimisé à des tâches rationnelles et une improvisation créative fruit d'une activité comme peut l'être la cuisine ou le jardinage, les individus parviendraient-ils à doser leurs engagements, afin de résister au risque d'épuisement psychique et physique face aux écrans ?

La généralisation du télétravail en tant qu'activité corporelle spécifique pose pour le XXI<sup>e</sup> siècle une **biopolitique** adaptée pour préserver la santé des citoyens. Le télétravailleur à la fois sur-sollicite et sous-sollicite le corps dans une supra-logique de contrôle. Les mouvements corporels sont massivement centrés sur le visage (visio-conférence), surmobilise les bras, les mains, les doigts, les yeux et l'ouïe au détriment des autres sens et parties du corps. Les activités cognitives basées sur la rapidité de captations des signes visuels et de traitement des données chiffrées sont valorisées au détriment d'activités de rêverie, de flânerie, d'improvisation ou encore basées sur l'immersion dans son intériorité somatique.

Les émotions éprouvées lors des échanges à dominantes audiovisuelles sont intenses et l'enjeu d'un travail émotionnel évalué (Hochschild, 2003). Ce travail de contention sollicite le **corps**

**vivant**, mais dans l'interdiction de le laisser s'exprimer. Il vise à apprendre à ne pas écouter les signaux d'inconfort. Douleurs, maux de ventre seront niés voire disparaîtront de la conscience mentale par apprentissage. Sans possibilité de laisser exprimer les réactions du corps face aux émotions vécues comme agressantes, voire de les décharger dans l'activité physique, le risque d'épuisement augmente. La surcharge émotionnelle du télétravail par obligation de focalisation et de projection émotionnelle sur un écran engagé dans des relations dématérialisées s'avère inévitable. S'ajoute à cela la vie quotidienne des télé salariés qui habitent désormais dans leur lieu de travail. Les inégalités hommes-femmes, cadres et non-cadres se creusent (Lambert et al., 2020). D'un côté un corps en sous-activité musculaire, de l'autre un corps en suractivité émotionnelle et rationnelle dans des habitats non conçus pour le télétravail. Assis huit heures par jour plusieurs années de suite, l'être humain est engagé dans des activités à haute intensité calculatoire et émotionnelle et à sous-intensité musculaire. Cela engendre de nombreuses pathologies physiques et psychiques. Les courbes statistiques des troubles musculaires et squelettiques et des troubles psychiatriques sont en augmentation, et ce quels que soient les domaines d'activité. Le télétravail par excès de stations assises n'améliore pas la santé des individus.

Les souffrances liées à la généralisation du télétravail et par voie de conséquence les téléconférences peuvent-elles être une occasion unique de réinventer le sens de l'engagement corporel et émotionnel dans les relations professionnelles et de réinterroger individuellement et collectivement les racines non visibles de la socialité au travail ? Pour certains jeunes privilégiés, car vivants dans des espaces domestiques adaptés, le télétravail donne la possibilité d'apprendre à communiquer par un corps devenu en partie disponible par privation de certaines habitudes. Le changement de routines du télétravailleur, par manque de sorties et de variétés d'échanges, demande de réapprendre à dialoguer avec un soi intime, avec un corps qui permet de découvrir et de ressentir tous les **biorythmes** intimes et extimes.

Cette découverte par le télétravail d'un nouveau rapport au corps implique une conséquence, celle d'une remise en cause du modèle philosophique du travail comme aliénation corporelle, par excès de programmation des gestes (Lambert et al., 2002). L'effet immédiat se manifeste par une adhésion massive au télétravail pour les plus jeunes. Pour certains jeunes privilégiés, le télétravail vise à leur permettre d'associer activités professionnelles et confort de vie dans des endroits qui leur permettent de vivre en parallèle du travail des activités à haute valeur ajoutée expérientielle (rapport à la nature, aux animaux et à leurs corps par des techniques non machinales ou non machiniques).

Une telle crise existentielle, nommée par Bruno Latour « Troubles dans l'engendrement » (Latour, 2021) illustre de manière très éloquente notre hypothèse selon laquelle le corps, grâce à ce développement massif du travail à domicile, a perdu son statut de simple instrument au service de la performance sociale et de la productivité tel que pensé par le cybernétique. La question est de savoir si cette transformation peut devenir pérenne, dans des contextes de crise économique et de pénurie énergétique.

En effet, la possibilité de vivre un rapport au corps et au travail libéré par le télétravail comme accès par le temps qu'il dégage à la complexité de son rapport au corps reste réservée à une minorité de personnes. Cette transformation du rapport au corps pose question tant elle remet en cause nos modes de vie et la définition du travail (Rifkin, 2006). Les récents succès grand public de travaux comme ceux de Donna Haraway (2016) en sont la manifestation. Certaines communautés enthousiastes à la lecture de ce type d'écrits sont convaincues que leur corps, ensemble de cellules vivantes et vibrantes, ne constitue pas seulement le contenu et le support d'une identité sociale que l'on doit façonner, « designer », afin d'être au service de la promotion sociale et de l'autonomie financière, mais qu'il représente le moyen d'accès privilégié à une connaissance en socialité respectueuse de tous les vivants, pas simplement au travail, mais en toute situation sociale.

Le corps libéré du geste programmé se présente alors comme le moyen d'accès à un autre moi, capable de se trouver en communication sensible et vibrante avec tous les vivants (Andrieu, 2016 ; Martin-Juchat, 2020) au-delà de l'injonction à le mettre au travail pour gagner sa vie.

## **Bibliographie**

- Andrieu B., *Sentir son corps vivant. Émersiologie 1*, Paris, Vrin, 2016.
- Citton Y., *Gestes d'humanités. Anthropologie sauvage de nos expériences esthétiques*, Paris, Armand Colin, 2012.
- Erb, L., Ceren, I. et al., 2022, « Télétravail durant la crise sanitaire. Quelles pratiques en janvier 2021 ? Quels impacts sur le travail et la santé ? » Rapport Dares Analyse n°9, 10 février 2022.
- Haraway D.J., *Vivre avec le trouble*, Paris, Les mondes à faire. Trad. Vivien García, 2016.
- Hochschild A.R., « Travail émotionnel, règles de sentiments et structure sociale », *Travailler*, 2003, 9(1): 19-49
- Jauneau, Y., « En 2021, en moyenne chaque semaine, un salarié sur cinq a télétravaillé », Rapport de l'INSEE, 2022.
- Lambert, A., et al., « Le travail et ses aménagements : ce que la pandémie de covid-19 a changé pour les Français », *Population & Sociétés*, 2020, 579,7 : 1-4.
- Latour B., *Où suis-je ? Leçons du confinement à l'usage des terrestres*, Paris, Éditions La découverte/Les Empêcheurs de penser en rond, 2021.
- Martin-Juchat, F., *L'aventure du corps. Une voie vers l'émancipation*, Grenoble, PUG, 2020.
- Rifkin J., *La fin du travail*, trad. Pierre Rouve, Paris, La Découverte, 1995.
- Rosa H., *Résonances, une sociologie de la relation aux autres*, trad. Sarah Raquillet, Paris, La découverte, 2016.