



plaisirs | psycho

# Survivre dans un bureau en open space

Pas facile de travailler au milieu des autres ! Quelques astuces pour éviter de craquer.

Notre experte



**ELISABETH PÉLEGRIN-GENEL** est psychologue du travail et architecte à Paris. Elle est notamment l'auteur de *Des souris dans un labyrinthe* (La Découverte).

Adoptés à la fin des années 1990 par les start-up, les agences de pub ou les cabinets de conseils, les bureaux paysagers ont investi 60 % des entreprises françaises\*. Censés favoriser la communication et l'esprit d'équipe, ces espaces décloisonnés nous contraignent aussi à une promiscuité pas toujours facile à vivre, comme en témoigne le succès du « livre symptôme » *L'open space m'a tuer* (2008). S'ils avaient le choix, seuls 7 % des salariés opéreraient pour cet espace de travail alors que 49 % préféreraient un bureau privatif...\*

### 1 | Exprimez votre malaise

Dans un bureau ouvert, il faut supporter les autres : celui qui embaume tout le plateau avec son déjeuner, celle qui débrieife au téléphone sa dernière soirée ou laisse ses affaires un peu partout... Comme dans toute vie en communauté, il y a bien sûr des compromis à faire, mais cela ne veut pas dire que vous devez subir en silence ! « Au contraire, il faut prendre son malaise au sérieux car s'il y a des non-dits, des tensions, cela se ressent dans le travail... », affirme Elisabeth Pélegrin-Genel, psychologue et architecte, qui préconise d'aborder régulièrement le sujet, lors de réunions d'équipe, avec la hiérarchie...

### 2 | Imaginez ensemble des règles de vie

Certains passent leur temps au téléphone, d'autres consacrent leur journée à l'analyse de dossiers ; mieux vaut déjà grouper ceux qui

risqueront moins de se déranger mutuellement. Aux salariés aussi d'imaginer des règles communes : prévenez lorsque vous avez besoin de silence, allez passer vos coups de fil perso en salle de réunion, etc.

### 3 | Gardez un espace personnel

L'open space est un peu comme une scène de théâtre : on s'y sent souvent épié... « Certaines places sont moins confortables, comme celles où tout le monde peut voir ce qui se passe sur votre écran », explique la psychologue. Essayez de garder un jardin secret, une bulle de protection : déplacez les armoires, sortez les plantes vertes pour séparer un peu les bureaux, changez la place de votre ordinateur pour être moins exposé, personnalisez (sobrement !) votre espace de travail (photos, tapis de souris, grigris...) ●

**Ségolène Barbé**

\* Sources : étude Actineo mars 2008 Sofres décembre 2010

ILLUSTRATION MARINODEGAN.COM PHOTO © SP

