



Fondation  
**Travailler autrement**

*Vers les nouvelles formes d'emploi*

## ÉTUDE - Le temps de travail : de sa durée légale aux vécus quotidiens

*La Fondation Travailler autrement a souhaité faire réaliser une étude sur les relations entre temps de travail et temps sociaux pour nos concitoyens.*

- Quels facteurs pèsent sur le sentiment de perte de maîtrise du temps ?
- Quelles sont les conditions pour que chacun soit « maître » de son temps ?
- Quels sont les leviers pour nous aider à mieux le maîtriser ?

Les auteurs de cette étude ont opté pour une posture inédite : éviter une vision du temps de travail au sens strictement quantitatif, au profit d'une analyse plus complète de ce concept complexe. L'objectif : sortir du débat clivant sur les « 35 heures » et dépasser les postures idéologiques dans lesquelles chacun campe sur ses positions.

Cette étude démontre qu'il est fondamental de prendre en compte d'autres variables contextuelles, qui jouent un rôle dans la régulation des activités de travail et impactent les manières de travailler : organisation du travail, politiques nationales et européennes, type de contrat, niveau de salaire...

---

### LES 5 POINTS-CLÉS DE L'ÉTUDE

- 1. Une posture inédite pour appréhender la complexité du temps professionnel**
- 2. Une redéfinition du « temps de travail »**
- 3. Comment le temps se travaille et se régule-t-il ?**
- 4. Du temps de travail à l'intensification du quotidien**
- 5. Quatre rapports au temps : le temps maîtrisé, régulé, élastique et subi**

## 1. Une posture inédite pour appréhender la complexité du temps professionnel

Le discours hégémonique sur les 35 heures a rendu opaque la complexité de la thématique du temps de travail.

En France, le temps de travail est mesuré selon deux indicateurs: la journée de 8 heures et la semaine de travail. Ce traitement des résultats fait souvent naître des débats et nourrit de nombreuses controverses, faisant notamment des Français les champions européens de l'absentéisme, les mauvais élèves du temps de travail.

L'étude remet en question ces indicateurs traditionnels, **en sortant d'une vision strictement quantitative au profit d'une vision multifactorielle**. Elle permet d'avoir un regard plus global sur le temps de travail.

## 2. Une redéfinition du « temps de travail »

De quoi parle-t-on lorsqu'on évoque le « temps de travail » ? Quelles différences entre temps DE travail, temps DU travail et temps AU travail ?

A trop se concentrer sur la seule durée du travail, on en oublie d'interroger sa signification quand :

- l'économie devient de plus en plus immatérielle ;
- le travail devient plus abstrait et relationnel ;
- la reconfiguration des espaces efface progressivement la notion de « lieu de travail » ;
- les temps de transports des Français évoluent et se diversifient ;
- la révolution numérique brouille les frontières entre temps professionnels et privés.

Par conséquent, le travailleur contemporain évolue dans une **multiplicité des temps**, qui peuvent faciliter la fluidité du travail mais aussi se contrarier, voire être incompatibles.

## 3. Comment le temps se travaille et se régule-t-il ?

Le temps évolue en fonction des besoins individuels, collectifs, organisationnels, et dans le cadre de règles édictées par le droit du travail français et européen.

Plusieurs acteurs jouent un rôle dans cette régulation temporelle : l'État, le droit du travail national et européen, l'entreprise, les managers, les pairs, l'individu et sa famille. Penser cette articulation permettrait de **mieux comprendre les tensions internes** qui agissent sur le temps et son aménagement.

Il est primordial de replacer l'analyse du temps de travail dans ce contexte et de remettre l'humain et ses sphères de vie au cœur de cette réflexion.

## 4. Du temps de travail à l'intensification du quotidien

Cette étude montre qu'au cours de la dernière décennie, si les horaires de travail ont peu évolué, la mutation majeure concerne l'intensification des journées de travail et l'ac-

célération des rythmes. Cette évolution est notamment due à l'intégration du numérique au travail. Ainsi, **la question de la « maîtrise de son temps » passe aujourd'hui en grande partie par la « capacité à en gérer le rythme ».**

## 5. Quatre rapports au temps : le temps maîtrisé, régulé, élastique et subi

La gestion du rythme temporel est fonction de plusieurs éléments : une forme de ***pouvoir d'agir*** sur cette variable imperceptible qu'est le temps, et un ***sentiment de tension*** inhérent à la situation du travailleur (de son statut, ses relations hiérarchiques, son secteur d'activité, etc).

Ce constat permet d'identifier quatre formes de rapport au temps différentes :

