

### Avant-propos

Après avoir analysé les causes et conséquences du nouveau rapport au temps qui se joue aujourd'hui, Murièle Compère (formatrice permanente au Cefoc) ouvre des perspectives de changement. Comment rompre avec un temps fait de trop d'urgences ? Comment faire pour n'être plus soumis à un temps qui aliène les individus, en niant les rythmes particuliers à chacun, et les manières particulières à chacun de vouloir habiter son temps ? Loin de tout fatalisme, l'auteure appelle le citoyen à oser la résistance personnelle et collective.

### Introduction

La première partie de cette analyse<sup>1</sup> a proposé une mise en examen de notre rapport moderne au temps. Elle a contribué à mettre en lumière une série de constats concernant l'évolution de ce rapport au temps, ainsi que les logiques et les causes qui la sous-tendent. Notre temps est aujourd'hui contaminé par la logique du marché, régie par l'urgence. Quant à la deuxième partie de l'analyse<sup>2</sup>, elle a exploré les conséquences de cette manière contemporaine d'habiter le temps. Et en particulier, l'émergence insidieuse de nouvelles inégalités.

Le dernier volet de cette analyse consacrée au temps se penche, à présent, sur les pistes de changement : comment vivre autrement le rapport au temps ? Comment être moins aux prises avec le fonctionnement dans l'urgence ? Comment sortir des exigences d'immédiateté, des impasses de la « course au temps » et des conséquences néfastes que ce fonctionnement entraîne ? Comment en sortir, non seulement individuellement, mais aussi et surtout, collectivement ?

Il n'existe pas de recette magique, ni de solution toute faite... Les pistes restent à construire. Mais comment s'y prendre ? La présente analyse aura pour hypothèse que de telles pistes de changement, pour prétendre à l'opérationnalité, nécessitent d'articuler différents niveaux d'action. Une intervention intégrée (dite aussi « écosystémique ») est indispensable, pour proposer et structurer des moyens de mieux vivre notre rapport au temps, mais aussi pour transformer une société « malade du temps ». Pour appuyer ce propos, nous nous baserons sur « la grille d'Ardoïno »<sup>3</sup>. Il s'agit d'un outil qui aide à penser la complexité. Il distingue différents niveaux, tant pour poser le problème et l'analyser que pour agir.

Après avoir présenté ces différents niveaux d'analyse et d'action, nous nous attarderons sur deux exemples concrets de pistes de transformation : l'expérience des « bureaux du temps » (menée en Italie) et les propositions issues du travail de la Commission des rythmes scolaires. Nous tenterons de démontrer en quoi ces propositions intègrent (ou non) le principe écosystémique, en quoi elles articulent (ou non) les différents niveaux d'analyse et d'action.

<sup>1</sup> Murièle COMPÈRE, *Fractures temporelles, malaise existentiel. Partie 1 : le règne de l'urgence*, analyse n°10, Cefoc, novembre 2010.

<sup>2</sup> Murièle COMPÈRE, *Fractures temporelles, malaise existentiel. Partie 2 : urgence, qui paie la f(r)acture ?*, analyse n°15, Cefoc, décembre 2010.

<sup>3</sup> Du nom de son auteur, Jacques Ardoïno, psychosociologue et consultant pour l'UNESCO.

Voir Jacques ARDOÏNO, *Propos actuels sur l'éducation*, Paris, L'Harmattan, 2004 (2<sup>ème</sup> édition). Depuis, cet ouvrage a fait l'objet de nombreuses rééditions, revues et étoffées.

## **Envisager le changement : une question de niveaux**

Le premier volet de notre analyse a largement démontré combien notre société est gagnée par une certaine maladie du temps. Elle est traversée par des discours qui nous font croire que le mode de production, de travail, de vie dans l'urgence est le seul possible, voire le seul souhaitable. Nous avons eu l'occasion d'évoquer les symptômes qui trahissent ce virus de l'urgence : mal-être au travail, stress, burn-out, diminution de la qualité des produits, catastrophes ferroviaires et autres, nouvelles inégalités, perte de sens, du lien social... Autant de marqueurs qui ne trompent pas : il est temps d'amorcer un changement !

Or, tout changement suppose de rompre avec certaines habitudes, certains réflexes, certaines représentations. Nous l'avons dit : les discours ambiants font de l'urgence une norme acceptable et quasi exclusive. Les habitudes s'enracinent, on incorpore la logique de l'urgence. On se dit : « c'est la vie, c'est comme ça ». On court d'un endroit à l'autre, d'une tâche à l'autre, d'une personne à l'autre... Implicitement, inconsciemment, cela nous semble normal voire bien. Et pourtant, à y regarder de plus près, ce mode de vie et de travail n'est ni inéluctable ni anodin. Il est déterminé par toute une série de choix d'ordres économique et technologique. Et il détermine toute une série de réalités, de la vie privée et familiale à la vie sociale et professionnelle.

Déterminé et déterminant, le rapport « malade » au temps mérite qu'on s'attarde à chercher des remèdes. Comment rompre avec un temps fait d'urgences, supposant trop souvent une flexibilité extrême ? Comment se distancier du credo du « temps productif » ? Comment n'être plus soumis à un temps qui aliène les individus ?

Jacques Ardoino nous sera ici d'une précieuse aide. Ce psychosociologue a élaboré une grille pour rendre plus intelligibles les situations-problèmes et pour rendre plus pertinentes leurs solutions. Il postule que tout problème est complexe : plusieurs niveaux de variables interviennent, qui interagissent entre eux. Voyons à présent quelles sont ces variables, comment elles éclairent le problème d'abord, les solutions ensuite, de ce « rapport au temps devenu malade ».

### *Le niveau individuel*

Dans ce niveau, la cause du problème est à rechercher chez la personne. L'enjeu est son bien-être individuel. L'analyse porte donc sur la situation de la personne, à partir de ses caractéristiques physiques, psychologiques. Pour mieux comprendre le problème du temps, on s'attachera alors à prendre en compte ses rythmes personnels, sa capacité ou non à résister au stress, sa confiance en soi, sa santé...

Les possibilités de changement que l'on envisage, à ce niveau, sont essentiellement de l'ordre d'une adaptation personnelle au contexte. Par exemple : on peut essayer d'adapter son temps de travail à son rythme personnel, développer sa confiance en soi, apprendre à dire non aux fausses urgences, se donner des temps de recul, résister à la culpabilité, fixer ses priorités ou encore donner un sens à sa situation de chômeur et utiliser son temps de façon constructive... Ce faisant, on se change soi-même, on change – en partie – son rapport au temps et on s'adapte à ce qu'on ne peut pas changer.

L'opportunité des changements, à ce niveau, c'est qu'ils sont directement accessibles. Chacun peut s'y essayer sans attendre et sans dépendre des autres. Le risque, si on s'en tient à ce niveau, c'est d'en rester à son propre bien-être, sans tenir compte des autres. On risque alors d'opposer sa temporalité et ses rythmes à ceux des autres, sans tenir compte de leurs besoins.

Passer à une explication au niveau interpersonnel/relationnel, c'est alors faire un pas de plus : on prend en compte à la fois ses propres rythmes, besoins, limites... et ceux de l'autre, afin de préserver la relation avec cet autre.

On peut aussi envisager des changements personnels en espérant « être contagieux » et viser alors, de proche en proche, un changement de mentalité (niveau culturel, voir plus bas).

Souvent, les situations-problèmes sont analysées spontanément sous l'angle individuel : si telle personne est en situation de stress professionnel, c'est qu'elle n'a pas su s'adapter, qu'elle était trop fragile pour le poste, trop sensible... Cet angle d'approche peut ainsi vite devenir culpabilisant, voire stigmatisant. Alors que d'autres facteurs peuvent être déterminants pour expliquer la situation (facteurs d'ordre institutionnel, par exemple); facteurs qui souvent « échappent » à la personne en souffrance, autant qu'à son entourage social ou professionnel.

### Le niveau interpersonnel

À ce niveau, la cause est à rechercher dans les systèmes de relation entre les personnes. L'enjeu est l'affectivité entre les personnes.

L'analyse porte sur les relations, les phénomènes socio-affectifs ou relationnels tels que l'attraction, le rejet, la rivalité, l'ignorance, etc.

En lien avec notre thème, il s'agit ici de porter son attention sur les attentes réciproques, générées par l'utilisation de technologies de l'immédiat, par exemple l'envoi de mails ou de SMS. Ou encore d'analyser l'acceptation (ou non) des limites qu'une personne pose pour préserver son temps...

Le changement portera, quant à lui, sur la relation entre les personnes. Il s'agira par exemple de négocier le partage des tâches, en tenant compte des besoins et des préférences de l'un et de l'autre ; de mettre ses limites et de les expliciter à l'autre...

### Le niveau groupal

Ici, la cause des situations-problèmes est à rechercher dans la communication entre les personnes. L'enjeu est la reconnaissance réciproque.

Le changement porte alors sur la communication entre les individus. Par exemple, on se formera à l'« affirmation de soi », pour pouvoir mieux poser ses limites face à un groupe, ou on veillera à la délégation de tâches et de responsabilités au sein d'un groupe de travail...

La création de SEL (Système d'Échanges Local), de jardins collectifs ou autres initiatives de quartiers constituent aussi, à ce niveau, des alternatives face aux échanges marchands du système capitaliste. Bien pensées, ces initiatives peuvent proposer un rapport au temps et aux autres plus sain car elles se distancient de la maxime « le temps, c'est de l'argent ».

Le risque majeur d'en rester à l'un de ces trois niveaux, c'est de créer une bulle – à deux, trois, ou à l'échelle d'une association – sans tenir compte du reste du monde. On va trouver des solutions qui permettront aux individus, isolés ou en relation, de mieux vivre leur rapport au temps, dans le respect réciproque. Par contre, on ne changera pas les mécanismes qui créent ou renforcent les inégalités, liées par exemple aux conditions de travail ou à l'accès aux ressources permettant des gains de temps ! On ne diminuera pas non plus les risques de crises et de catastrophes engendrées par l'urgence !

### Le niveau organisationnel

À ce niveau, la cause est à rechercher dans les rôles sociaux exercés par chacun, dans les normes sociales, les règles en vigueur dans le groupe ou dans la société.

L'enjeu est la définition et le respect de normes communes. L'analyse porte donc sur les statuts et les rôles de chacun, les règles qui régissent leurs relations, les interactions entre les

acteurs. Comment s'organise une journée en classe, comment définit-on les tâches à réaliser et comment sont-elles réparties ?

Le changement est alors à chercher dans la mise en œuvre de règles adéquates. Par exemple : améliorer les conditions du travail à temps partiel, augmenter le nombre de places en crèches et l'accès à ces places pour tous, aménager une souplesse dans le temps de travail, favoriser les temps de formation en entreprise. L'expérience des « Bureaux du temps » en Italie est un exemple de cette volonté d'organiser le temps en commun (voir plus bas).

Le risque ici, c'est de dépendre du « bon vouloir » de chacun pour que l'un n'impose pas sa vision du temps à l'autre. Si l'on veut se situer dans un processus démocratique et égalitaire, cela prend du temps. Cela nécessite aussi de mettre les différentes parties à égalité au départ : une égalité d'information, de moyen et de pouvoir.

### Le niveau institutionnel

On élargit encore le cercle de l'analyse : la cause est à rechercher dans les relations entre groupes sociaux (institutions, associations, partis politiques...). L'enjeu est ici la décision politique. L'analyse porte alors sur les orientations et les choix politiques. Par exemple : la définition du « temps de travail », les politiques de crédits-temps, les normes en matière d'obligations scolaires...

Pour atteindre un changement, on vise alors l'action politique : revendications, pressions, lobbying... La réduction globale du temps de travail est une piste qui se situe à ce niveau. Des décisions en termes de mobilité – augmenter les transports en commun, assurer la gratuité de ces transports – pourraient aussi intervenir ici.

Se situer à ce niveau, c'est donc tenter de provoquer des changements à une plus grande échelle et de les rendre contraignants, donc valables pour tous. Une fois les lois votées, on ne dépend plus, en principe, du « bon vouloir » des uns et des autres.

Cependant si ces changements ne sont pas intégrés par la population, il y a un risque qu'ils restent des changements de « façade ». Les exemples sont nombreux de lois, pensées dans des logiques égalitaires, qui sont détournées pour profiter à quelques-uns. Un exemple, pointé par Nicole Aubert, est la réduction généralisée du temps de travail en France. En effet, pour beaucoup de travailleurs, cette législation s'est traduite, dans les faits, par une augmentation de la charge de travail. Ce qu'ils ont gagné en temps, ils l'ont souvent perdu en stress, vu l'obligation de faire plus en moins de temps. Ils l'ont aussi perdu en temps de rencontre, de convivialité au travail.

### Le niveau culturel ou idéologique

Ce dernier niveau d'analyse voit la cause prendre sa source dans un choix d'orientation politique, idéologique, dans un projet de société. L'enjeu, ce sont les valeurs véhiculées, les grandes orientations sociales. L'analyse porte ainsi sur les fondements des actions menées, sur les causes idéologiques des situations constatées.

Le changement se situe quant à lui dans le développement d'un projet de société, dans la traduction de valeurs dans un tel projet et dans des orientations sociales décidées. Le mouvement de la « simplicité volontaire »<sup>4</sup>, de même que celui des « objecteurs de croissance », pourraient se situer à ce niveau, de par leur volonté de changer les esprits en transformant les pratiques et les habitudes du quotidien. Se situer à ce niveau, ce pourrait être : partir à la rencontre d'autres réalités sociales et découvrir qu'il existe d'autres façons de vivre le rapport au temps, être attentif à ce que l'on véhicule à travers l'éducation que l'on

---

<sup>4</sup> À ce sujet, voir : Bénédicte QUINET, *La simplicité volontaire : effet de mode ou prise de conscience urgente ?*, analyse n°14, Cefoc, décembre 2009.

donne à nos enfants...

Se situer à ce seul niveau comporte le risque de « planer », d'inventer des solutions irréalistes, qui ne s'ancrent pas dans la réalité et qui ne tiennent pas compte de la complexité sociale. Par ailleurs, tout changement culturel ou idéologique est constaté seulement bien après qu'il ait eu lieu. C'est quelque chose qui ne se mesure pas au moment même et donc sur lequel on a peu de prise. On peut par contre s'y préparer aux autres niveaux (personnellement, en groupe, au sein d'associations ou en prônant des lois qui « vont dans le bon sens »). On peut tendre vers et y participer, en particulier à travers l'éducation et la sensibilisation, ou par l'expérimentation d'alternatives, la prise de recul sur celles-ci et la diffusion des résultats de ces expériences.

## **Séparer pour mieux articuler**

Jusqu'à présent, nous avons détaillé les différents niveaux d'analyse d'une réalité sociale, d'une situation-problème. Nous les avons soigneusement séparés, ce qui est essentiel si l'on veut mieux comprendre ce qui peut poser problème et où agir. Simultanément, nous avons pu voir combien il était important d'articuler tous ces niveaux : séparer sans relier n'aurait aucun sens. On augmenterait les risques, sans maximiser notre pouvoir d'action. Concrètement, si pour réduire son stress au travail, quelqu'un agit seulement au niveau individuel (en prenant des cours de yoga, en faisant des heures supplémentaires à domicile), il risque d'augmenter la tension à la maison ou de se sentir coupable du temps qu'il prend « pour lui ». Il gagnerait à analyser aussi le stress professionnel qu'il vit à l'aune des niveaux « supérieurs » (observer ses conditions de travail et celles de ses collègues, répartition des tâches et responsabilités, échéances, conditions de travail dans son secteur..) et à chercher des solutions aussi à ces différents niveaux (négocier avec l'employeur de nouvelles conditions de travail; chercher, en équipe, comment équilibrer autrement les responsabilités ; faire intervenir un syndicat pour faire pression en vue d'aménager autrement les rythmes de travail ; organiser une action collective pour faire entendre ses droits au niveau politique...).

Chaque niveau d'action a une influence sur les autres. Agir au niveau personnel, on l'a vu, peut avoir un impact à long terme et selon un processus de contagion sur le niveau culturel. À l'inverse, un changement culturel a un impact sur les individus qui composent la société. Si j'agis au niveau institutionnel, par exemple, en faisant pression pour modifier des lois, chemin faisant, je vais sans doute modifier ma façon de voir et celle du groupe qui participe à ce travail d'interpellation.

À chaque niveau ses moyens, ses atouts et ses risques. Savoir à quel niveau on agit est important pour vérifier si l'on dispose bien des moyens, des outils indispensables pour intervenir à ce niveau et si l'on est dans les conditions nécessaires pour obtenir le changement souhaité. Avoir en tête les autres niveaux d'action possibles permet, quand l'occasion s'en présente, d'articuler son action à celle d'autres personnes, groupes, associations, institutions, et par là même de la rendre plus efficace.

Bref, nous voyons combien il est essentiel de garder à l'esprit l'ensemble des niveaux de la grille d'Ardoino, de les distinguer pour mieux les articuler. Identifier le plus clairement possible le niveau auquel on situe le problème et son action et relier plusieurs niveaux d'action, c'est une condition essentielle si l'on entend favoriser des changements en profondeur dans notre rapport au temps.

## **Quand le temps devient changeant**

Conscients des multiples niveaux auxquels il est important d'agir pour remanier durablement notre rapport au temps, encore faut-il être convaincu de la *possibilité* d'un changement à ces divers niveaux. Ne pas se résigner à devoir vivre un rapport au temps « malade », cela suppose non seulement d'être alerte sur la complexité du problème, mais aussi d'être optimiste quant aux possibilités de transformation. Sans cela, on risque bien de se démobiliser, en se disant que, de toute façon, « c'est bien trop compliqué », « ça nous dépasse » !

C'est pourquoi, après avoir « déconstruit » le problème de notre rapport au temps, il est encourageant d'aborder des pistes concrètes de changement. Et de voir qu'il est bel et bien possible de penser une articulation entre plusieurs niveaux d'action, y compris à des niveaux qui a priori « nous échappent ».

### Les bureaux du temps<sup>5</sup>

À Milan, dans les années 80, des femmes revendiquent des mesures politiques pour réaménager les temps sociaux dans la ville, afin d'harmoniser les horaires des services avec la vie des citoyens. Elles partent du constat que les temps ne sont plus les mêmes pour tous (flexibilité, temps partiels, horaires variables...) et de la difficulté de concilier vie privée, éducation des enfants et vie professionnelle. Face à ce constat, elles revendiquent que la question soit prise au sérieux, qu'elle soit empoignée collectivement et politiquement, et qu'elle ne reste pas « une affaire privée ». Grâce à leur pression, l'aménagement du temps est mis à l'agenda des politiques locales et nationales.

En 1990, les premiers « bureaux permanents des temps de la ville » apparaissent à Milan et dans de nombreuses autres municipalités italiennes. L'objectif de ces bureaux est de réorganiser le temps des villes dans le souci d'une meilleure conciliation des temps de vie de chacun (administrations, transports, commerces, écoles...).

L'équipe du bureau est chargée de réunir autour de la table ceux qui dictent les horaires (transports, services publics, chambre de commerce, entreprises, crèches...) et ceux qui les subissent (associations d'usagers ou de consommateurs, associations de parents...), ainsi que les syndicats, afin de trouver des solutions qui arrangent le plus grand nombre.

Si l'on se réfère à la grille d'Ardoino, cette initiative se situe donc prioritairement aux niveaux organisationnel et institutionnel. Organisationnel, car il s'agit de négocier ensemble des règles (ouverture des magasins ou des administrations, accès aux services de garde), de les mettre en œuvre et de les évaluer ensuite, pour éventuellement les réajuster. Institutionnel, car la mise en place de ces bureaux locaux du temps est passée par des décisions politiques. La portée de ces initiatives, localisées dans certaines municipalités au départ, s'est progressivement étendue, en Italie et dans d'autres pays, comme la France et l'Allemagne par la suite.

En Italie, depuis 2000, une loi oblige toute ville de plus de 30 000 habitants à mettre en place des « bureaux du temps », la « Loi Turco ». C'est une étape importante parce qu'elle rend contraignant ce qui était, auparavant, laissé à l'initiative des municipalités.

Tout au long de ce processus, des revendications des femmes milanaise à la « Loi Turco » en passant par la mise en place des « bureaux du temps », l'idée que la gestion des temps sociaux est un enjeu collectif, qui touche la sphère publique, et non pas seulement un problème individuel relevant de la sphère privée, a fait du chemin. On touche ainsi au niveau culturel et idéologique. Alors qu'au départ, les familles – les femmes en première ligne – étaient renvoyées à elles-mêmes pour résoudre les problèmes que leur posait la co-gestion de leurs activités privées et professionnelles, une prise de conscience s'est faite pour dire que ces problèmes devaient trouver un mode de résolution collectif et qu'ils relevaient de la vie publique autant que privée.

### Commission des rythmes scolaires

En Belgique cette fois, une commission des rythmes scolaires s'est réunie de novembre 1990 à octobre 1991 et a émis une série de propositions d'aménagements des rythmes quotidiens, hebdomadaires, annuels dans l'enseignement fondamental et dans le premier cycle du

---

<sup>5</sup> Voir article de Françoise ROBERT dans la revue *En marche* :  
[http://www.enmarche.be/Societe/Vie\\_quotidienne/Harmoniser\\_temps.htm](http://www.enmarche.be/Societe/Vie_quotidienne/Harmoniser_temps.htm)

secondaire. Ces propositions ont été testées, via une enquête auprès de 3 000 parents.

Les propositions de la commission et les résultats de l'enquête auprès des parents sont présentés dans un document intitulé : « *Du rythme d'enfer... au rythme d'enfant* », coordonné par Danielle Mouraux.<sup>6</sup>

Le projet de la commission se situe d'emblée à plusieurs niveaux. Au niveau culturel d'abord : dès les premières pages du rapport, la « couleur idéologique » est annoncée. Il s'agit de prendre l'enfant dans sa globalité, dans le respect de ses rythmes, de redonner du sens aux apprentissages réalisés en classe. Au niveau institutionnel, on trouve également des propositions, telles que modifier le calendrier scolaire, pour mieux tenir compte des besoins et des rythmes des enfants. Cette proposition est directement liée à celle qui vise à améliorer la politique de gestion de l'accueil extra-scolaire, pour diversifier l'offre, en améliorer la qualité et surtout la rendre accessible à tous. Au niveau organisationnel, il y a la volonté de sortir des plages horaires de 50 minutes ou la suggestion de travailler par cycles. Au niveau « groupal », il s'agit de favoriser des dynamiques d'équipes éducatives, en particulier par des temps de concertation, ce qui se traduit par des propositions concernant le temps des enseignants. Tout ceci touche le niveau individuel également : il s'agirait pour chacun de pouvoir changer ses habitudes, ses pratiques et aussi ses habitudes de pensées.

Pas si facile, comme en témoigne le refus majoritaire de l'une des propositions : allonger la journée en classe, pour pouvoir profiter mieux du temps de concentration des enfants – entre 16h30 et 17h. Et en lien direct, diversifier les activités au cours de la journée, en proposant, par exemple, des activités sportives ou créatives dans des moments où l'attention baisse (le début d'après-midi, par exemple, ou le creux de 11h).

On voit combien le projet de la commission est complexe et global. Il est assez difficile d'isoler une des propositions pour l'évaluer, car la plupart des propositions sont reliées entre elles, les inconvénients générés par l'une étant compensés par d'autres. C'est ce qui en fait la richesse : l'articulation des différents niveaux d'analyse et de changement est bien présente ici. Mais c'est aussi, sans doute, ce qui rend difficile sa mise en œuvre concrète. Il faut bien commencer quelque part, et en même temps, tout se tient ou à peu près.

Voilà qui illustre qu'une action efficace ne peut être que complexe : on ne peut prétendre résoudre un problème à plusieurs facettes si on ne s'attaque qu'à l'une d'entre elles. C'est bien là toute la richesse des deux initiatives que nous avons évoquées, parmi d'autres. Le message qu'elles véhiculent : pas de résignation, pas de fatalité ! Elles ont le mérite de démontrer qu'une volonté de changement est bien présente et que des pistes concrètes sont amorcées. Des pistes qui requièrent du discernement, de l'énergie, du lien entre les différents acteurs aux différents niveaux (parents, enseignants, chercheurs, mouvements, associations, politiques,...), et du temps ! Alors, prenons donc notre temps en main, tout en laissant un peu de temps au temps...

Murièle Compère,

formatrice permanente au Cefoc

---

<sup>6</sup> Danielle MOURAUX, *Du rythme d'enfer... au rythme d'enfant*, Bruxelles, De Boeck, 1992.

## Pour aller plus loin

Jacques ARDOINO, *Propos actuels sur l'éducation*, Paris, L'Harmattan, 2004 (2<sup>ème</sup> édition).

Danielle MOURAUX, *Du rythme d'enfer... au rythme d'enfant*, Bruxelles, De Boeck, 1992.

## Pour réfléchir et travailler ce texte en groupe

### 1. *Regards sur l'expérience personnelle et en groupe :*

- a. Selon vous, est-il souhaitable de changer notre mode de vie, dans notre rapport au temps ?
- b. Et est-il possible de changer notre manière de « vivre le temps » ? Pourquoi ?
- c. Que faudrait-il changer pour vivre plus sereinement notre rapport au temps ?

### 2. *Lecture du texte*

### 3. *Réactions :*

- a. Qu'est-ce qui vous frappe dans ce texte ?
- b. Vous permet-il de mieux comprendre à quelles conditions nous pourrions changer notre rapport au temps ?
- c. Que pourriez-vous envisager, à la lecture du texte, comme piste de changement pour votre vie (personnelle, familiale, sociale, professionnelle...) ?
- d. Qu'est-ce que vous trouvez important à retenir, pour vous, pour votre vécu, votre recherche, vos engagements, vos pratiques ?