

« Face à des difficultés au travail, partir est souvent présenté comme une évidence. Ce texte propose un cadre pour comprendre pourquoi, dans certains contextes, partir n'est pas toujours possible. »

Pourquoi partir n'est pas toujours possible

Il arrive que le travail fasse souffrir.

Et très souvent, une réponse s'impose de l'extérieur :

si cela ne va pas, il faudrait partir.

Cette injonction paraît simple.

Presque évidente.

Parfois même bienveillante.

Mais pour beaucoup de personnes, partir n'est ni simple, ni évident.

Ce texte propose un cadre pour comprendre pourquoi rester peut parfois être une contrainte, et non un choix par défaut.

Dans les discours dominants, partir est souvent présenté comme une décision individuelle.

Une question de courage.

De lucidité.

De responsabilité personnelle.

Celui qui reste est alors soupçonné de passivité.

De peur.

D'un manque de volonté.

Mais cette lecture ignore une grande partie de la réalité.

Partir engage des coûts.

Financiers.

Familiaux.

Symboliques.

Il engage aussi une exposition à l'incertitude.

À la perte de repères.

À la remise en cause de trajectoires construites sur le long terme.

Ces contraintes sont rarement prises en compte lorsqu'on conseille de partir.

Pour beaucoup, rester est une stratégie de stabilité.

Une manière de protéger un équilibre déjà fragile.

De préserver ce qui peut encore l'être.

Rester ne signifie pas toujours adhérer.

Ni accepter.

Ni renoncer à penser.

Cela peut être une manière de tenir, faute d'alternative immédiatement viable.

Il est important de le dire clairement :

ne pas partir n'est pas nécessairement un manque de lucidité.

Cela peut être une réponse rationnelle à des contraintes structurelles fortes.

À des responsabilités invisibles.

À des marges de manœuvre limitées.

Dans ces conditions, le choix n'est pas binaire.

Lorsque partir est présenté comme la seule issue légitime, une autre forme de culpabilité s'installe.

Vous vous reprochez de rester.

Vous doutez de votre discernement.

Vous vous sentez en faute de ne pas "faire ce qu'il faut".

Cette culpabilité s'ajoute alors à la difficulté initiale.

Comprendre cela permet de déplacer le regard.

Si vous restez dans une situation professionnelle difficile,

si l'idée de partir vous traverse sans pouvoir s'imposer,

si vous vous sentez jugé pour cela,

ce que vous vivez n'est pas nécessairement une faiblesse.

C'est peut-être l'expression d'un arbitrage complexe, réalisé dans un contexte contraint.

Reconnaître cette complexité ne rend pas la situation confortable.

Mais cela permet de cesser de se juger à partir de solutions simplistes.

Et parfois, être autorisé à reconnaître pourquoi l'on reste est déjà une forme de soulagement.

Texte issu d'un travail d'analyse et de recherche développé dans les ouvrages de Céline Martin.

Les ouvrages correspondants sont accessibles sur la page de l'autrice : [Amazon.fr: DR Céline Martin: livres, biographie, dernière mise à jour](#)