# Le *Slow Work* comme résistance

Le temps nous file entre les doigts. Le *Slow Work* oppose à la logique du « plus haut, plus vite, plus loin » un autre principe : un temps de travail guidé par le soin plutôt que par la productivité. Le travail social montre avec une acuité particulière ce qui est en jeu.

**Autrices**

**Camille Naef, experte en travail écosocial, est responsable d'études chez AvenirSocial.**

**Emilie Clavel, politologue et co-secrétaire générale d'AvenirSocial, est spécialisée en politique sociale.**

Tout le monde connaît cette sensation du temps qui nous file entre les doigts. Certes, on déplore que le nombre d'heures travaillées ait fortement diminué depuis le siècle dernier. Mais ce n'est qu'une demi-vérité, car l'intensité du travail a quant à elle augmenté, en termes de volume de tâches, de temps disponible et de complexité. Dans le sillage de la croissance économique et de la révolution numérique, l'intensification du travail engendre toujours plus de stress et d'épuisement, avec des conséquences directes sur la santé des salarié · e · s.

Pourtant, selon le philosophe Morin (2020), la crise du Covid-19 aurait pu marquer un changement de paradigme. Mais non : sous le couvert de la flexibilisation et des promesses du *New Work*, le rythme de travail n'a cessé de s'accélérer, notamment en raison de la dématérialisation, de la digitalisation et de l'émergence d'outils d'IA générative. L'exigence d'en faire plus avec moins de ressources et en moins de temps est devenue la norme par excellence de la logique de productivité.

## Le *Slow Work* : une question d'équilibre ?

Ce constat vaut pour tous les secteurs, mais il inquiète surtout les métiers à contact humain comme le travail social, où les conditions d'exercice s'effritent de plus en plus. Se confronter à cette sensation du temps qui file entre les doigts conduit à remettre bien des choses en question. Inspiré du *Slow Movement*, le *Slow Work* propose une méthode de travail qui vise à trouver un équilibre entre les rythmes individuels et les objectifs organisationnels. Il mise pour cela sur des objectifs qualitatifs, du temps pour la réflexion et la récupération, la recherche de sens et l'humanisation du travail (Silvestre et al. 2024 : 18).

Né en Italie à la fin des années 1980 en réaction à la standardisation des habitudes de consommation, le *Slow Movement* portait à l'origine sur une alimentation saine et équitable, avant de s'étendre à d'autres domaines. Si ce concept est souvent idéalisé, Honoré (2005) en propose une définition plus nuancée. L'art de ralentir renverrait à une manière ajustée de vivre le moment présent de façon sensée, durable et consciente. Il s'agit donc de tout sauf d'un projet réactionnaire visant à ramener les sociétés à une utopie préindustrielle.

## Les trois piliers du soin

Dans les métiers à contact humain tels que le travail social, Bozalek (2020) est l'une des rares à remettre en question le rythme de travail : le ralentissement ne doit pas être considéré comme un renoncement, mais comme une résistance à l'impératif du « plus haut, plus vite, plus loin ». Cela crée un espace de réflexion et d'attention envers les autres. Le *Slow Work* ne s'oppose donc pas à l'urgence inhérente à certaines interventions, mais à la spirale systémique de l'accélération. C'est pourquoi nous fondons le *Slow Work* sur trois piliers complémentaires : le soin de soi, le soin des autres et le soin de la Terre – trois dimensions illustrées ici à travers l'exemple du travail social.

*Le soin de soi*, premier pilier, consiste à préserver sa propre capacité d'attention et de présence renforçant ainsi son bien-être. Pour les professionnel · le · s, cela implique par exemple un droit à la déconnexion numérique comme base éthique de l'intervention en travail social. Un postulat récemment adopté par le Grand Conseil du canton de Neuchâtel, qui reconnaît un droit à la déconnexion pour protéger la santé, montre qu'une prise de conscience institutionnelle est en train de voir le jour, un premier pas encourageant qu'il conviendrait de généraliser.

*Le soin des autres*, deuxième pilier, est particulièrement essentiel pour les professions axées sur les relations. Il est aussi constitutif de l'identité du travail social. La profession s'est historiquement développée autour des pratiques du soin, associées aux femmes et longtemps considérées comme l'expression de leurs qualités "naturelles", telles que l'empathie ou la disponibilité émotionnelle (Keller, 2019 : 27). Cette conception a contribué à invisibiliser la valeur professionnelle de ces pratiques. Les mobilisations féministes le rappellent avec force en plaçant explicitement cette dimension au cœur de la grève féministe du care annoncée pour le 14 juin 2027, soulignant ainsi l'importance d'un travail indispensable à la société, mais largement invisible.

*Le soin de la Terre*, troisième pilier, s'ouvre sur le monde extérieur et appelle à une reconnexion à la nature. La Charte pour un travail écosocial en Suisse (AvenirSocial 2025 : 5) en propose une déclinaison concrète : investir délibérément les espaces naturels – parcs, forêts, espaces urbains et ruraux – comme cadre d'intervention. Ces lieux favorisent la résilience et les comportements prosociaux, atténuent les hiérarchies relationnelles et permettent une meilleure coexistence entre les êtres humains et la nature – un principe qui peut être transposé à plus grande échelle.

## Le temps comme résistance

Le *Slow Work* invite donc à repenser l'organisation du temps de travail, en laissant de la place à soi-même, aux autres et au monde vivant. Prendre soin exige du temps. Ce temps ne peut être ni accéléré, ni standardisé, ni raccourci à volonté. C'est peut-être précisément là que commence la résistance : dans le refus de soumettre chaque minute au diktat de la productivité.

Bibliographie

AvenirSocial (2025) : Charte pour un travail écosocial en Suisse : Une adaptation de la People's Charter for an Eco-Social World, 11.11.2025, https://avenirsocial.ch/fr/brochure/charte-pour-un-travail-ecosocial-en-suisse/.

Bozalek, Vivienne (2020) : Propositions for Slow Social Work, dans : Bozalek, Vivienne/Pease, Bob Bibliographie (dir.) : Post-Anthropocentric Social Work: Critical Posthuman and New Materialist Perspectives, Londres/New York, pp. 144–160.

Honoré, Carl (2005) : Éloge de la lenteur, Paris.

Keller, Véréna (2019) : Cent ans de travail social en Suisse, dans : Les Politiques Sociales, pp. 19–33.

Morin, Edgar (2020) : Changeons de voie : Les leçons du coronavirus, Paris.

Silvestre, Maria João et al. (2024) : Slow Work: The Mainstream Concept, dans : Social Sciences, pp. 1–24.