

Comment concilier solitude de la micro-entreprise et amélioration du bien-être au travail ?

Sandrine Pollien est freelance depuis maintenant un an. Pour Maddyness, elle revient sur son expérience et livre quelques outils pour faire rimer travailler seul.e et être heureux.se.

Temps de lecture : minute

27 mai 2019

Je suis devenue micro-entrepreneuse en mai 2018. Depuis, je la côtoie tous les jours. Chaque matin, en m'asseyant derrière mon bureau, chaque après-midi, en me rendant dans une médiathèque ou un espace de coworking. Je sais que je vais devoir l'appriivoiser, et elle sait que parfois, elle m'effraie un peu plus que la veille. Elle, c'est ma partenaire de travail. Elle n'arrive jamais en retard, n'est jamais malade, ne commente jamais ce que je fais ; elle me laisse carte blanche et je l'aime pour ça. Elle, c'est la solitude. Si elle constitue un vrai problème pour les freelances, elle représente aussi une formidable opportunité.

La solitude comme vecteur de mieux-être

Lorsque j'ai commencé à exercer en tant que rédactrice web, j'étais sûre de pouvoir la gérer facilement. Les afterwork, les brainstormings collectifs, les réfectoires bruyants et les pauses café-clope à plusieurs, ça n'a jamais été ma tasse de thé. D'ailleurs, je ne fume pas et je n'aime pas le café. Je préfère boire du sirop de pamplemousse à la paille.

La solitude, c'est l'absence de pression. Personne ne me dit quoi faire (c'est vrai que c'est parfois un peu flippant, mais on s'y fait), ni comment

le faire, ni quand, ni où. Et là, la solitude se mue en libertés ! Car cette absence de collègues et de hiérarchie signifie que je fais ce que je veux ! Finis les rendez-vous chez le médecin à 18 heures, les métros bondés aux heures de pointe et les pauses déjeuner chronométrées. Je suis moins stressée, plus épanouie et si ma pause dure plus d'une heure, je ne dois rien à personne !

Alors oui, il m'arrive de laisser mon regard dériver au-dessus de mon écran et de rêvasser quelques instants. Oui, il m'arrive de répondre à l'appel du soleil par une courte balade en pleine journée. Oui, il m'arrive aussi de chanter (faux) sur mes chansons préférées alors que je prospecte sur [LinkedIn](#). Et, oui, je perds forcément un peu de temps. Mais vous savez quoi ? Non seulement personne ne peut me le reprocher ou m'interdire de recommencer, mais en plus j'ai découvert que j'étais de bien meilleure humeur lorsque je m'autorisais ces petites " dérives ". Je mets le mot entre guillemets car au début (en fait, jusqu'à il y a très peu de temps), je me sentais coupable de travailler " comme ça ". Mais il y a quelques semaines, j'ai compris que c'était le modèle existant qui faisait naître cette culpabilité, plus qu'une incapacité de ma part à me discipliner. Je peux travailler tard le soir et le samedi si j'estime ne pas avoir assez travaillé en journée ou en semaine. Morale de l'histoire : en me détachant de ce que le monde du travail classique impose, j'ai non seulement trouvé un rythme qui me correspond beaucoup plus, mais j'ai aussi pris confiance en moi en gérant mon activité comme bon me semble.



À lire aussi

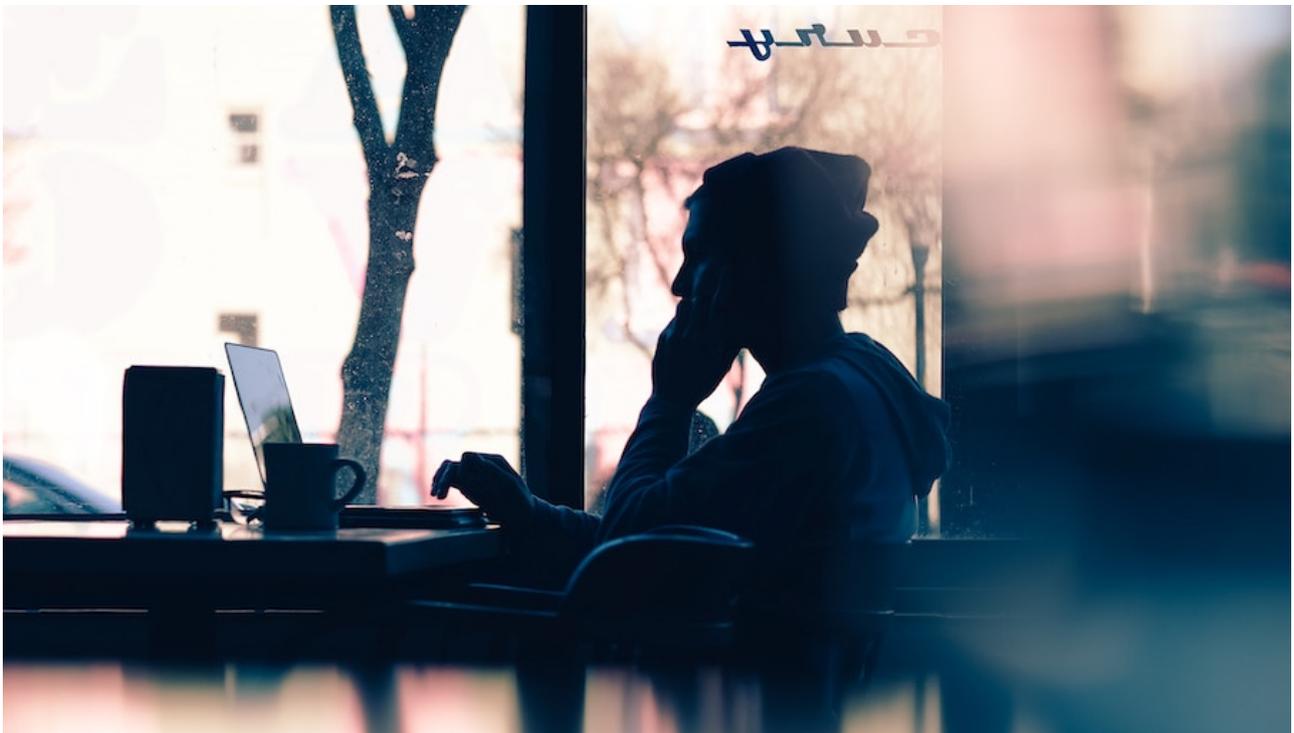
Je suis devenue freelance et je suis heureuse !

Apprendre seul.e à gérer tous les aspects de sa micro-entreprise

D'un point de vue professionnel, la solitude confronte les micro-entrepreneurs à ce qu'ils savent déjà faire, et à ce qu'ils doivent apprendre à (mieux) faire. Parce qu'il n'y a pas de plan B, aucun.e collègue à qui demander un peu d'aide. Et c'est probablement cette obligation à faire face à ce que je ne savais / voulais pas faire qui m'a permis / me permet d'être, petit à petit, une meilleure " solopreneuse ". Je me suis lancée sans rien connaître des métiers du web. J'ai trouvé sur le tas une formation de rédactrice web, mais je n'avais jamais tenu de compta.

J'étais à l'aise avec le temps passé à rédiger mes articles, mais j'avais peur d'éditer ma première facture. J'ai adoré personnaliser le thème de mon site web, mais je n'avais jamais relancé de mauvais payeurs. Je n'ai

pas eu d'autre choix que de me lancer ! J'ai pris une feuille A4 d'écolier (pas réglementaire du tout) pour y noter mes rentrées d'argent. J'ai récupéré sur internet un modèle lambda de facture et j'ai y ajouté mes coordonnées, mes données bancaires et même un paragraphe sur les pénalités encourues en cas de retard de paiement ! J'ai envoyé des mails de relance, jusqu'à ce que je sois enfin payée. En clair, j'ai appris. Non seulement vous gagnerez de nouvelles compétences avec votre micro-entreprise, mais vous les gagnerez seul.e. Et croyez-moi, elles auront une toute autre saveur que celles acquises à l'école ou en entreprise, parce que vous serez la seule personne que vous aurez à remercier !



À lire aussi

7 conseils pour se lancer en tant que freelance

En travaillant seul.e, vous avez la plus belle des libertés : celle de faire ce que vous voulez, quand vous le voulez, comme vous le voulez, et où vous le voulez. Même dans les périodes où j'ai un peu moins de clients et un peu plus le moral dans les chaussettes, ces libertés me confirment que j'ai fait le bon choix. Après tout, si on n'a qu'une vie et qu'on doit

travailler plusieurs heures par jour, qu'est-ce qui justifierait qu'une autre personne que vous décide de comment vos journées doivent s'organiser ?

Pourquoi vous aussi vous apprivoiserez votre solitude

D'abord, parce que vous n'aurez pas vraiment le choix... Et c'est bien plus positif et formateur que ça en a l'air. Pour celles et ceux qui ne craignent pas la solitude, les débuts devraient être faciles. Voire libérateurs ! Pour les autres, vous allez devoir apprendre à faire connaissance avec votre nouvelle compagne. Elle est moins farouche qu'il n'y paraît. Ensuite, parce que travailler seul.e vous permettra de prendre / retrouver confiance en vous. En gérant tout de A à Z, vous vous découvrirez bien plus compétent.e que vous ne le pensiez. Du coup, vous entrerez dans une sorte de cercle vertueux : en prenant confiance, vous oserez davantage. En osant, soit vous échouerez, vous en tirerez un enseignement, vous recommencerez, vous réussirez et vous prendrez confiance, soit vous arriverez à vos fins du premier coup, et là aussi votre confiance en vous s'en trouvera flattée. Dans les deux cas, vous kifferez tellement que vous en redemanderez !



À lire aussi

Freelance, j'ai réussi à vivre de mon business en 3 mois

La solitude inhérente à la micro-entreprise n'est pas une fatalité. En vadrouillant sur Facebook, vous trouverez des groupes où partager vos états d'âme et décrire vos difficultés. En assistant à certains événements, comme des meetups ou des after work par exemple, vous agrandirez votre réseau. En vous déplaçant dans des coworking, vous bénéficierez de la présence d'autres travailleur.se.s isolé.es et qui sait, si vous êtes moins timides que moi, vous vous ferez peut-être des collègues, voire trouverez des missions ou des client.e.s !

Article écrit par Sandrine Pollien