

Télétravail, recomposition des frontières de la vie quotidienne et articulation entre sphères professionnelle et familiale

Thomas Bernard^{1*}, Felix Schmidt² et María Ortega³

¹ Nantes Université, Nantes, France; thomas.bernard@univ-nantes.fr

² University of Graz, Graz, Austria; felix.schmidt@uni-graz.at

³ University of Granada, Granada, Spain; maria.ortega@ugr.es

DOI: <https://doi.org/10.0891/ese.2025.22.010>

Article Info

Article history:

Received 26/03/2025

Accepted 30/06/2025

Published 28/08/2025

Mots-clés:

télétravail; organisation;
quotidien; autonomie; inégalités

JEL codes: J22; J81

RÉSUMÉ

Cet article de démonstration examine la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail à partir d'une lecture sociologique centrée sur des situations professionnelles hybrides combinant domicile, bureau et tiers-lieux. Il cherche à comprendre comment les salariés, les responsables d'équipe, les proches et les représentants du personnel organisent la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique, alors que leurs conduites sont traversées par l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail. La démarche repose sur un corpus qualitatif entièrement simulé, construit uniquement pour tester la mise en page éditoriale du journal; elle associe entretiens fictifs, scènes d'observation et documents institutionnels imaginaires. L'analyse met en évidence le rôle de l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs, ainsi que l'effet de les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Elle montre que ces pratiques ne peuvent être réduites à des décisions individuelles: elles dépendent aussi des règles, des relations et des significations produites dans l'action. Les résultats illustratifs soulignent une expérience contrastée de liberté, de fatigue et de reconnaissance professionnelle. Ils invitent à envisager une régulation négociée des horaires, de la charge et des conditions matérielles du travail à distance. L'article conclut que l'étude des arrangements ordinaires permet de mieux saisir la frontière fragile entre disponibilité professionnelle et temps personnel. Le texte n'a aucune prétention empirique et constitue exclusivement un contenu synthétique destiné à éprouver le gabarit, la longueur, la hiérarchie des titres et le système de références de la revue.

Corresponding Author:

Thomas Bernard, Nantes Université, Nantes, France; thomas.bernard@univ-nantes.fr

1. Introduction

L'étude de la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail permet d'observer, à une échelle concrète, la manière dont une société organise la proximité, la responsabilité et la reconnaissance. Dans des situations professionnelles hybrides combinant domicile, bureau et tiers-lieux, les conduites ne résultent jamais d'une préférence isolée. Elles sont façonnées par des habitudes, des ressources et des attentes réciproques qui rendent certaines options évidentes et d'autres difficilement accessibles. Cette perspective rejoint l'idée selon laquelle les pratiques s'inscrivent dans des dispositions acquises tout en demeurant sensibles aux circonstances (Méda, 2010). Elle conduit à examiner ensemble les gestes visibles, les silences, les hésitations et les justifications produites après coup.

Le problème central tient à l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail. Cette opposition apparente ne décrit pourtant pas deux positions fixes. Elle désigne plutôt un travail quotidien d'ajustement, mené par les salariés, les responsables d'équipe, les proches et les représentants du personnel, afin de préserver des marges de choix sans rompre les relations utiles. L'analyse sociologique doit donc éviter une lecture morale qui classerait trop rapidement les comportements en attitudes vertueuses ou défaillantes. Comme le rappelle la sociologie de l'expérience, les personnes composent avec plusieurs logiques d'action et élaborent des compromis provisoires (Lallement, 2007). Ces compromis deviennent particulièrement lisibles lorsque les routines sont perturbées ou contestées.

La question prend une importance particulière en raison de l'hybridation durable des lieux, des horaires et des modes de contrôle. Des pratiques auparavant réglées par la répétition doivent être expliquées, négociées ou déplacées. Cette transformation n'efface pas les formes anciennes; elle les combine à des dispositifs, à des temporalités et à des attentes nouvelles. Les acteurs peuvent ainsi employer un outil récent pour maintenir une relation ancienne, ou mobiliser un vocabulaire traditionnel afin de légitimer une innovation. L'attention portée aux usages ordinaires permet de saisir ces continuités discrètes, car les personnes inventent des manières de faire à l'intérieur même des cadres qui les contraignent (Clot, 2010).

Les travaux disponibles éclairent souvent séparément les ressources individuelles, les règles institutionnelles et les appartenances collectives. Or le phénomène étudié se situe précisément au croisement de ces dimensions. Les institutions concernées fournissent des catégories, des lieux et des procédures, mais leur influence dépend de la manière dont elles sont appropriées. Les relations personnelles offrent un soutien, tout en pouvant produire surveillance ou dette. Enfin, les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation modifient fortement le coût d'un même comportement. Une démarche relationnelle est donc nécessaire pour comprendre pourquoi des situations proches donnent lieu à des expériences différentes (Alter, 2009).

Cet article poursuit trois objectifs. Il décrit d'abord les conditions sociales de la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique. Il identifie ensuite les mécanismes par lesquels les contraintes deviennent acceptables, contestées ou contournées. Il discute enfin les conséquences possibles pour une régulation négociée des horaires, de la charge et des conditions matérielles du travail à distance. L'enjeu n'est pas de mesurer un effet moyen, mais de reconstruire des configurations typiques et les raisonnements qui les rendent cohérentes. Ce choix correspond à une approche compréhensive attentive aux

significations attribuées à l'action, sans oublier les structures qui distribuent inégalement les possibilités (Boltanski & Chiapello, 1999).

Le texte est un manuscrit de démonstration. Le corpus, les scènes et les résultats ont été composés pour tester un format éditorial et ne décrivent aucune enquête réellement menée. Cette précision ne dispense pas de respecter une logique scientifique: les concepts sont définis, la démarche est explicitée, les interprétations sont limitées et les références sont présentées selon le système auteur-date. La suite expose le cadre conceptuel, décrit la construction du matériau simulé, propose une analyse thématique, puis discute la portée et les limites de l'argument. Cette architecture rend visible la continuité entre question, méthode, analyse et conclusion.

2. Cadre conceptuel et problématique

2.1. Pratiques situées, ressources et reconnaissance

Une première entrée consiste à considérer la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail comme une pratique située. Une pratique n'est ni une simple exécution de règle ni une décision parfaitement calculée. Elle mobilise des savoirs incorporés, des anticipations et une lecture rapide de la situation (Dejours, 1998). Dans le cas étudié, la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique suppose de reconnaître les personnes, d'estimer ce qui est convenable et d'anticiper les réactions possibles. Ces opérations restent souvent tacites. Elles apparaissent lorsque quelqu'un rompt une habitude, refuse une demande ou propose une manière différente de faire. Le désaccord révèle alors la grammaire ordinaire de la relation.

La notion de ressource doit être entendue au sens large. l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs ne sont pas seulement des possessions; leur utilité dépend d'un contexte et d'une reconnaissance collective. Un savoir peut rester inutilisable s'il n'est pas jugé légitime, tandis qu'une relation faible peut devenir décisive au bon moment. Les ressources circulent également: elles peuvent être prêtées, transformées ou converties en confiance. L'analyse des positions sociales montre cependant que cette conversion demeure inégale (Sennett, 2000). Certains acteurs peuvent se retirer sans conséquence, alors que d'autres doivent entretenir les relations dont dépend leur accès à un service, à une information ou à une aide.

Le cadre institutionnel ne doit pas être présenté comme un ensemble homogène. l'entreprise, le foyer, les collectifs professionnels et les règles de droit à la déconnexion poursuivent des finalités distinctes, utilisent des temporalités différentes et ne définissent pas de la même manière un comportement acceptable. Les personnes rencontrent donc plusieurs prescriptions qu'elles doivent articuler. L'acteur dispose d'une marge de jeu, mais cette marge varie selon sa position, l'urgence et les alternatives disponibles (Crozier & Friedberg, 1977). Observer les ajustements permet d'éviter deux simplifications: croire que la règle produit mécaniquement la conduite, ou supposer que chacun invente librement ses propres normes.

La reconnaissance constitue une seconde dimension centrale. la définition pratique d'une journée de travail jugée accomplie et légitime ne renvoie pas uniquement à une satisfaction subjective; cette signification confirme une place dans un collectif. Les signes de reconnaissance peuvent être faibles: une réponse, une invitation, une écoute ou la mémoire d'un service rendu. Leur absence peut toutefois être interprétée comme une mise à distance. La

qualité du lien dépend alors moins de l'intensité permanente des échanges que de la certitude qu'une relation peut être activée au besoin. Cette lecture rejoint les analyses du lien social comme combinaison de protection et de reconnaissance (Blanchet & Gotman, 2015).

2.2. Normes, temporalités et frontières

Les normes ordinaires deviennent visibles dans les justifications. Lorsqu'une personne explique pourquoi elle a accepté, différé ou refusé une action, elle mobilise une conception de l'équité, de l'autonomie et de la réciprocité. Ces justifications ne sont pas de simples discours ajoutés aux pratiques: elles contribuent à stabiliser les relations et à rendre les décisions discutables. Elles peuvent aussi masquer un rapport de force. L'analyse doit donc rapprocher les paroles des conditions concrètes dans lesquelles elles sont prononcées, en prêtant attention aux contradictions et aux changements de registre (Paillé & Mucchielli, 2016).

La temporalité organise profondément la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail. Une action ponctuelle n'a pas la même signification lorsqu'elle s'inscrit dans une série d'échanges, dans une dette ancienne ou dans une relation nouvellement créée. Les acteurs évaluent ce qui a déjà été donné, ce qui pourrait être demandé plus tard et la durée probable du lien. Cette mémoire pratique produit des attentes sans qu'un accord explicite soit nécessaire. Elle peut sécuriser la coopération, mais aussi enfermer une personne dans un rôle dont elle souhaite sortir. La frontière entre fidélité et contrainte devient alors un objet d'analyse à part entière (Méda, 2010).

L'espace joue un rôle comparable. Le terrain retenu ne constitue pas un simple décor; l'organisation des lieux rend les rencontres probables, rares ou contrôlées. Certains espaces autorisent une conversation informelle, tandis que d'autres imposent un rôle institutionnel. Les parcours, les seuils et les horaires distribuent ainsi les occasions de contact. Cette dimension spatiale aide à comprendre pourquoi une politique identique produit des usages différents selon l'accessibilité, l'ambiance et la possibilité de rester sans justification. Les formes de coprésence donnent une consistance matérielle aux appartenances et aux distances sociales (Lallement, 2007).

Enfin, la notion de frontière résume la problématique. la frontière fragile entre disponibilité professionnelle et temps personnel n'est pas tracée une fois pour toutes. Elle se déplace selon les personnes, les événements et la disponibilité des ressources. Une même conduite peut protéger l'autonomie dans une situation et produire de l'exclusion dans une autre. L'analyse cherchera donc les critères pratiques par lesquels les acteurs définissent ce qui est excessif, insuffisant ou approprié. Cette attention aux limites évite de transformer un idéal abstrait en norme universelle et permet de restituer la pluralité des expériences (Clot, 2010).

3. Démarche méthodologique

3.1. Construction du matériau de démonstration

La démarche qualitative est entièrement simulée. Elle met en scène trente-six entretiens fictifs, quatre discussions collectives et douze séquences d'observation imaginaires, répartis dans des situations professionnelles hybrides combinant domicile, bureau et tiers-lieux. Le matériau a été construit pour offrir une variété de positions, de trajectoires et de situations, sans prétendre représenter une population réelle. Les profils combinent plusieurs âges, configurations familiales, statuts d'activité et degrés de familiarité avec la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique. Ce dispositif de

démonstration sert uniquement à produire un texte suffisamment long et structuré pour éprouver le modèle de la revue.

Le guide d'entretien fictif est organisé autour de récits de situations. Les personnes imaginaires sont invitées à décrire un épisode récent, les acteurs présents, les options envisagées et la justification de leur choix. Cette forme réduit le risque d'obtenir uniquement des opinions générales et favorise la reconstruction d'enchaînements concrets. Elle s'inspire des principes de l'entretien compréhensif et de l'enquête de terrain, qui recommandent de relancer sur les détails, les hésitations et les contradictions plutôt que de chercher une réponse idéale (Alter, 2009). Aucun verbatim n'est présenté comme une donnée réelle.

Les scènes d'observation simulées portent sur les lieux, les rythmes et les interactions brèves. Elles décrivent qui peut entrer, attendre, demander, se retirer ou rester silencieux. L'objectif est de compléter les récits par une attention aux conditions matérielles de l'action. Les documents fictifs comprennent des règlements, des supports d'information et des comptes rendus locaux. Leur confrontation permet de distinguer la règle affichée, la règle comprise et la règle effectivement mobilisée. Cette triangulation est illustrative et ne constitue pas une validation empirique.

3.2. Procédure d'analyse et limites

L'analyse suit un codage thématique en trois étapes. Un premier codage repère les acteurs, les ressources, les contraintes et les séquences d'action. Un second codage regroupe les justifications autour de l'autonomie, de la réciprocité, de l'efficacité, de l'équité et de la reconnaissance. Enfin, une comparaison de cas construit des configurations typiques, en recherchant aussi les exceptions. Cette procédure s'appuie sur les principes de l'analyse qualitative, qui considère la catégorisation comme un travail progressif d'interprétation et de confrontation au matériau (Boltanski & Chiapello, 1999).

La crédibilité interne du raisonnement est recherchée par la traçabilité. Chaque interprétation doit pouvoir être reliée à une scène simulée, à un contraste ou à une règle explicitée. Les catégories trop générales sont reformulées jusqu'à ce qu'elles distinguent des mécanismes concrets. Une attention particulière est accordée aux cas négatifs, c'est-à-dire aux situations qui ne suivent pas la configuration dominante. Dans une enquête réelle, cette stratégie serait complétée par un retour aux participants, un journal de terrain et une discussion collective du codage. Ici, elle sert de repère méthodologique.

Plusieurs limites sont assumées. Un matériau fabriqué ne permet aucune inférence sur une population, aucune estimation de fréquence et aucune conclusion causale. Il peut seulement illustrer la cohérence d'une problématique et la manière de présenter une analyse. Les profils fictifs risquent également de reproduire les attentes du rédacteur. Pour limiter cette fermeture, les scènes incluent des désaccords, des comportements ambivalents et des résultats non linéaires. La prudence consiste donc à parler de configurations narratives de démonstration, jamais de faits établis ou de preuves empiriques.

4. Analyse des configurations sociales

4.1. Conditions de possibilité et ressources

La première configuration concerne les rythmes temporels. Dans les scènes simulées, le jeu de l'alternance entre urgence, attente et disponibilité modifie directement la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique. Les

personnes ne disposent pas toutes du même pouvoir pour choisir le bon moment, interrompre une interaction ou reporter une obligation. Cette asymétrie transforme l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail en problème pratique. Le mécanisme principal réside dans la possibilité de différer une réponse sans rompre le lien. Lorsque ce mécanisme est reconnu, l'ajustement paraît naturel; lorsqu'il est ignoré, la même conduite est interprétée comme un refus ou un manque de considération. Cette lecture confirme l'intérêt d'étudier les relations dans leur déroulement plutôt que par des opinions isolées (Dejours, 1998).

L'examen de la proximité spatiale fait apparaître une seconde logique. L'ensemble formé par les lieux de passage, les seuils et les distances ne produit pas automatiquement une conséquence déterminée, mais ouvre ou ferme des possibilités. Parmi les salariés, les responsables d'équipe, les proches et les représentants du personnel, certains peuvent mobiliser l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs, tandis que d'autres doivent demander une médiation. Le contraste montre que la fréquence des rencontres non programmées dépend de la position occupée et de la manière dont cette position est reconnue. Une approche uniquement individualiste ferait de l'écart une différence de motivation. L'interprétation relationnelle met au contraire en évidence l'organisation sociale des choix disponibles et la distribution inégale du coût de l'action (Sennett, 2000).

Du point de vue de les ressources matérielles, le matériau fictif suggère que les règles sont continuellement traduites. La combinaison de l'équipement, le budget et l'accès aux infrastructures oblige les acteurs à décider quelle prescription doit être suivie en priorité. Ils s'appuient sur des habitudes, interrogent un proche ou observent ce que font les autres. Ce travail discret produit la capacité de transformer une intention en pratique, mais il peut aussi renforcer les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Les personnes familières de l'institution trouvent plus facilement une solution acceptable, alors que les autres interprètent l'incertitude comme un risque. La règle commune demeure donc formellement identique tout en générant des expériences très différentes (Crozier & Friedberg, 1977).

Les récits construits autour de les compétences ordinaires montrent également l'importance des justifications. Lorsqu'ils évoquent les savoir-faire acquis par expérience, les acteurs expliquent leur conduite en invoquant la responsabilité, la loyauté ou la nécessité. Ces arguments cherchent moins à décrire objectivement la situation qu'à préserver une image de soi et une relation. Ils contribuent à l'assurance nécessaire pour agir sans assistance. Toutefois, une justification recevable pour un groupe peut sembler insuffisante pour un autre. Le désaccord révèle alors des normes concurrentes et non une simple mauvaise communication. Cette pluralité doit être conservée dans l'analyse, car elle structure l'expérience de la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail (Blanchet & Gotman, 2015).

Une configuration plus ambivalente apparaît avec la réputation. Le rôle de les informations circulant au sein des réseaux locaux peut soutenir une expérience contrastée de liberté, de fatigue et de reconnaissance professionnelle, mais aussi produire dépendance, fatigue ou retrait. L'effet varie selon la durée de la relation et la possibilité de dire non sans sanction. Le processus de l'anticipation de la confiance ou de la méfiance devient positif lorsque les attentes sont explicites et révisables. Il devient contraignant lorsque l'aide, la présence ou la participation sont considérées comme définitivement acquises. Le cas rappelle que le lien social ne se mesure

pas seulement au nombre d'échanges; sa qualité dépend de la protection offerte et de la reconnaissance mutuelle (Paillé & Mucchielli, 2016).

4.2. Normes, relations et différenciations

La première configuration concerne la visibilité. Dans les scènes simulées, le jeu de la possibilité d'être vu, entendu ou identifié modifie directement la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique. Les personnes ne disposent pas toutes du même pouvoir pour choisir le bon moment, interrompre une interaction ou reporter une obligation. Cette asymétrie transforme l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail en problème pratique. Le mécanisme principal réside dans le passage d'une conduite privée à une conduite évaluée. Lorsque ce mécanisme est reconnu, l'ajustement paraît naturel; lorsqu'il est ignoré, la même conduite est interprétée comme un refus ou un manque de considération. Cette lecture confirme l'intérêt d'étudier les relations dans leur déroulement plutôt que par des opinions isolées (Lallement, 2007).

L'examen de les émotions fait apparaître une seconde logique. L'ensemble formé par la fierté, la gêne, la crainte et le soulagement ne produit pas automatiquement une conséquence déterminée, mais ouvre ou ferme des possibilités. Parmi les salariés, les responsables d'équipe, les proches et les représentants du personnel, certains peuvent mobiliser l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs, tandis que d'autres doivent demander une médiation. Le contraste montre que la manière de qualifier une situation comme acceptable dépend de la position occupée et de la manière dont cette position est reconnue. Une approche uniquement individualiste ferait de l'écart une différence de motivation. L'interprétation relationnelle met au contraire en évidence l'organisation sociale des choix disponibles et la distribution inégale du coût de l'action (Clot, 2010).

Du point de vue de les différences générationnelles, le matériau fictif suggère que les règles sont continuellement traduites. La combinaison de les expériences historiques et les habitudes de communication oblige les acteurs à décider quelle prescription doit être suivie en priorité. Ils s'appuient sur des habitudes, interrogent un proche ou observent ce que font les autres. Ce travail discret produit la négociation de ce qui paraît normal ou intrusif, mais il peut aussi renforcer les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Les personnes familières de l'institution trouvent plus facilement une solution acceptable, alors que les autres interprètent l'incertitude comme un risque. La règle commune demeure donc formellement identique tout en générant des expériences très différentes (Alter, 2009).

Les récits construits autour de les rapports de genre montrent également l'importance des justifications. Lorsqu'ils évoquent la distribution des tâches et de la disponibilité, les acteurs expliquent leur conduite en invoquant la responsabilité, la loyauté ou la nécessité. Ces arguments cherchent moins à décrire objectivement la situation qu'à préserver une image de soi et une relation. Ils contribuent à la reconnaissance inégale du travail relationnel. Toutefois, une justification recevable pour un groupe peut sembler insuffisante pour un autre. Le désaccord révèle alors des normes concurrentes et non une simple mauvaise communication. Cette pluralité doit être conservée dans l'analyse, car elle structure l'expérience de la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail (Boltanski & Chiapello, 1999).

Une configuration plus ambivalente apparaît avec les trajectoires sociales. Le rôle de les expériences antérieures de stabilité ou de précarité peut soutenir une expérience contrastée de liberté, de fatigue et de reconnaissance professionnelle, mais aussi produire dépendance, fatigue

ou retrait. L'effet varie selon la durée de la relation et la possibilité de dire non sans sanction. Le processus de l'évaluation des risques associés à l'engagement devient positif lorsque les attentes sont explicites et révisables. Il devient contraignant lorsque l'aide, la présence ou la participation sont considérées comme définitivement acquises. Le cas rappelle que le lien social ne se mesure pas seulement au nombre d'échanges; sa qualité dépend de la protection offerte et de la reconnaissance mutuelle (Dejours, 1998).

4.3. Transformations, médiations et reconnaissance

La première configuration concerne les règles formelles. Dans les scènes simulées, le jeu de les prescriptions, horaires et critères officiels modifie directement la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique. Les personnes ne disposent pas toutes du même pouvoir pour choisir le bon moment, interrompre une interaction ou reporter une obligation. Cette asymétrie transforme l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail en problème pratique. Le mécanisme principal réside dans la définition institutionnelle d'un comportement légitime. Lorsque ce mécanisme est reconnu, l'ajustement paraît naturel; lorsqu'il est ignoré, la même conduite est interprétée comme un refus ou un manque de considération. Cette lecture confirme l'intérêt d'étudier les relations dans leur déroulement plutôt que par des opinions isolées (Crozier & Friedberg, 1977).

L'examen de les arrangements informels fait apparaître une seconde logique. L'ensemble formé par les accords tacites et les solutions de circonstance ne produit pas automatiquement une conséquence déterminée, mais ouvre ou ferme des possibilités. Parmi les salariés, les responsables d'équipe, les proches et les représentants du personnel, certains peuvent mobiliser l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs, tandis que d'autres doivent demander une médiation. Le contraste montre que la continuité de l'action lorsque la règle ne suffit pas dépend de la position occupée et de la manière dont cette position est reconnue. Une approche uniquement individualiste ferait de l'écart une différence de motivation. L'interprétation relationnelle met au contraire en évidence l'organisation sociale des choix disponibles et la distribution inégale du coût de l'action (Blanchet & Gotman, 2015).

Du point de vue de les conflits, le matériau fictif suggère que les règles sont continuellement traduites. La combinaison de les désaccords sur les responsabilités et les priorités oblige les acteurs à décider quelle prescription doit être suivie en priorité. Ils s'appuient sur des habitudes, interrogent un proche ou observent ce que font les autres. Ce travail discret produit la clarification ou la fragilisation des attentes, mais il peut aussi renforcer les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Les personnes familières de l'institution trouvent plus facilement une solution acceptable, alors que les autres interprètent l'incertitude comme un risque. La règle commune demeure donc formellement identique tout en générant des expériences très différentes (Paillé & Mucchielli, 2016).

Les récits construits autour de l'apprentissage montrent également l'importance des justifications. Lorsqu'ils évoquent la répétition, l'imitation et les conseils, les acteurs expliquent leur conduite en invoquant la responsabilité, la loyauté ou la nécessité. Ces arguments cherchent moins à décrire objectivement la situation qu'à préserver une image de soi et une relation. Ils contribuent à la stabilisation progressive de nouvelles routines. Toutefois, une justification recevable pour un groupe peut sembler insuffisante pour un autre. Le désaccord révèle alors des normes concurrentes et non une simple mauvaise communication. Cette pluralité doit être

conservée dans l'analyse, car elle structure l'expérience de la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail (Méda, 2010).

Une configuration plus ambivalente apparaît avec la mémoire des relations. Le rôle de les épisodes antérieurs racontés ou tus peut soutenir une expérience contrastée de liberté, de fatigue et de reconnaissance professionnelle, mais aussi produire dépendance, fatigue ou retrait. L'effet varie selon la durée de la relation et la possibilité de dire non sans sanction. Le processus de la possibilité de donner un sens durable aux échanges devient positif lorsque les attentes sont explicites et révisables. Il devient contraignant lorsque l'aide, la présence ou la participation sont considérées comme définitivement acquises. Le cas rappelle que le lien social ne se mesure pas seulement au nombre d'échanges; sa qualité dépend de la protection offerte et de la reconnaissance mutuelle (Lallement, 2007).

5. Discussion

L'ensemble des configurations invite d'abord à dépasser l'opposition entre liberté individuelle et détermination sociale. Le phénomène étudié résulte d'actions situées, mais les situations sont elles-mêmes organisées par des ressources et des règles inégalement distribuées. Les personnes interprètent ces cadres, les contournent et parfois les transforment. Leur créativité ne supprime pourtant pas les contraintes. La sociologie de l'action permet précisément de tenir ensemble capacité stratégique et dépendance organisationnelle (Dejours, 1998). Cette position intermédiaire explique pourquoi une même mesure peut être vécue comme un appui par certains et comme une charge supplémentaire par d'autres.

Le deuxième apport concerne la définition de la proximité. Celle-ci n'est ni seulement géographique ni seulement affective. Elle suppose une possibilité d'accès, une connaissance minimale des attentes et une forme de réversibilité. Une relation trop distante ne peut être activée; une relation trop exigeante menace l'autonomie. la frontière fragile entre disponibilité professionnelle et temps personnel exprime cette recherche d'équilibre. La bonne distance n'est pas universelle: elle se construit dans le temps, se négocie après les incidents et dépend des alternatives disponibles. Les politiques qui valorisent la proximité doivent donc préciser les conditions matérielles et relationnelles qui lui donnent sens (Sennett, 2000).

Le troisième apport porte sur les inégalités. les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation n'agissent pas séparément. Elles se cumulent ou se compensent selon les contextes. Une personne disposant de peu de ressources matérielles peut compter sur un réseau dense; une autre, mieux équipée, peut rester isolée face à une procédure. Cette diversité interdit de déduire les pratiques d'une seule caractéristique sociale. Elle ne justifie pas davantage l'abandon des structures. L'analyse doit reconstruire les combinaisons qui rendent une conduite possible, coûteuse ou improbable, puis examiner comment ces combinaisons évoluent (Crozier & Friedberg, 1977).

Les résultats illustratifs montrent également que les institutions sont présentes dans les détails du quotidien. Un horaire, une interface, un formulaire, la disposition d'une salle ou le délai d'une réponse orientent les comportements. Ces éléments paraissent techniques, mais ils distribuent du temps, de la visibilité et de la légitimité. Les institutions concernées peuvent ainsi renforcer la coopération sans discours général, simplement en rendant les règles compréhensibles et les interlocuteurs accessibles. Inversement, une procédure opaque déplace le travail vers les familles, les associations ou les relations personnelles (Blanchet & Gotman, 2015).

Une implication pratique consiste à partir des situations problématiques plutôt que des catégories administratives. Pour soutenir une régulation négociée des horaires, de la charge et des conditions matérielles du travail à distance, il faut identifier les moments où une routine se bloque, les personnes qui absorbent le coût de l'ajustement et les ressources manquantes. Cette approche ne remplace pas l'universalité des droits; elle aide à rendre leur exercice effectif. Elle suppose aussi des espaces de retour où les acteurs peuvent expliquer les effets inattendus d'un dispositif. La participation n'est utile que si elle produit une réponse lisible et si les critères de décision sont rendus publics (Paillé & Mucchielli, 2016).

Une autre implication concerne la prévention de la culpabilisation. Lorsque les institutions présentent une pratique souhaitable comme une simple question de volonté, elles invisibilisent les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Les personnes qui ne peuvent suivre la norme sont alors décrites comme résistantes ou négligentes. Une politique plus juste distingue l'intention, la capacité et les conditions de réalisation. Elle cherche d'abord à réduire les coûts matériels, temporels et symboliques, puis accompagne l'apprentissage. Cette orientation augmente la possibilité d'une adhésion durable, car elle reconnaît les contraintes au lieu de les traiter comme des excuses (Méda, 2010).

La portée de l'analyse reste limitée par le caractère synthétique du matériau. Les configurations proposées sont plausibles, mais elles ne peuvent établir ni fréquence ni représentativité. Une enquête réelle devrait comparer plusieurs territoires, documenter les trajectoires dans le temps et inclure les personnes qui se tiennent à distance des institutions. Elle devrait également examiner les différences de genre, d'âge et de position sociale sans les réduire à des catégories fixes. Ces exigences prolongent les principes de réflexivité et de comparaison propres à l'enquête qualitative (Alter, 2009).

Malgré cette limite, l'exercice montre l'utilité d'une écriture qui relie systématiquement concepts, scènes, mécanismes et implications. Le lecteur peut distinguer ce qui relève de la description, de l'interprétation et de la proposition normative. Cette séparation renforce la clarté du débat. Elle évite aussi que une expérience contrastée de liberté, de fatigue et de reconnaissance professionnelle soit présenté comme une conséquence automatique. Le résultat dépend de conditions identifiables: la disponibilité des ressources, la possibilité de négocier, la reconnaissance des contributions et l'existence d'alternatives. Ces conditions constituent autant de pistes pour de futures recherches empiriques (Boltanski & Chiapello, 1999).

6. Conclusion

Cet article a proposé une lecture sociologique de la redéfinition des frontières quotidiennes par le télétravail. L'argument principal est que la coordination à distance, la gestion des interruptions et l'aménagement d'un espace de travail domestique prend sens dans des relations, des espaces et des temporalités déterminés. Les conduites observées dans le matériau simulé ne sont ni totalement libres ni mécaniquement imposées. Elles résultent d'ajustements par lesquels les acteurs tentent de résoudre l'autonomie promise et l'intensification silencieuse du travail. Comprendre ces ajustements exige de rapprocher les ressources disponibles, les règles institutionnelles et les justifications produites dans l'action.

L'analyse a mis en évidence le rôle de l'espace disponible, la maîtrise des horaires, le soutien collectif et la clarté des objectifs, ainsi que l'importance de les écarts de logement, de statut, de charge familiale et de pouvoir de négociation. Elle a montré que la reconnaissance, la réversibilité et la lisibilité des règles contribuent à une expérience contrastée de liberté, de

fatigue et de reconnaissance professionnelle. À l'inverse, l'opacité, l'absence d'alternative et l'obligation de disponibilité transforment une relation potentiellement protectrice en contrainte. Ces mécanismes fournissent un vocabulaire utile pour comparer d'autres terrains sans présumer que les mêmes formes produisent partout les mêmes effets.

Pour l'action collective, la recommandation générale consiste à développer une régulation négociée des horaires, de la charge et des conditions matérielles du travail à distance. Une telle orientation suppose d'écouter les usages, de tester les dispositifs dans des situations diverses et de rendre visibles les critères de décision. Elle implique surtout de ne pas transférer silencieusement le coût de l'ajustement vers les personnes les moins dotées. La qualité d'une politique se mesure alors à sa capacité de soutenir l'autonomie tout en maintenant des protections accessibles et des possibilités réelles de recours.

Le caractère démonstratif du manuscrit impose enfin une conclusion stricte: aucune proposition ne doit être lue comme un résultat empirique. Le texte sert à tester le gabarit de la revue, la longueur d'un article, la hiérarchie des sections, les citations dans le corps du texte et la liste finale des références. Une recherche ultérieure pourrait reprendre la problématique avec un terrain réel, un protocole éthique, un échantillonnage argumenté et une analyse documentée. Elle permettrait alors d'évaluer la robustesse des configurations présentées ici.

La description des mécanismes doit rester distincte du jugement normatif. Les cas divergents protègent le raisonnement contre une généralisation trop rapide. Chaque résultat gagne à être rapporté aux conditions de sa production. Les catégories retenues pourront être révisées à partir de nouveaux matériaux. Une telle démarche rend les désaccords visibles sans les réduire à des erreurs. Elle maintient une place pour les exceptions, les hésitations et les changements. La pluralité des points de vue reste une ressource pour l'enquête. L'analyse demeure ainsi attentive aux relations comme aux contraintes matérielles. Elle rappelle aussi que les contextes locaux modifient la portée des constats. La comparaison future devra rester attentive aux trajectoires et aux ressources. Les acteurs conservent une capacité de choix même lorsqu'ils agissent sous contrainte. Les institutions influencent les possibles sans déterminer entièrement les conduites quotidiennes. Les significations attribuées aux expériences comptent autant que les dispositifs formels.

Références

- Alter, N. (2009). *Donner et prendre : La coopération en entreprise*. La Découverte.
- Blanchet, A., & Gotman, A. (2015). *L'entretien* (2e éd.). Armand Colin.
- Boltanski, L., & Chiapello, È. (1999). *Le nouvel esprit du capitalisme*. Gallimard.
- Clot, Y. (2010). *Le travail à cœur : Pour en finir avec les risques psychosociaux*. La Découverte.
- Crozier, M., & Friedberg, E. (1977). *L'acteur et le système*. Seuil.
- Dejours, C. (1998). *Souffrance en France : La banalisation de l'injustice sociale*. Seuil.
- Lallement, M. (2007). *Le travail : Une sociologie contemporaine*. Gallimard.
- Méda, D. (2010). *Le travail : Une valeur en voie de disparition ?*. Flammarion.
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2016). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (4e éd.). Armand Colin.
- Sennett, R. (2000). *Le travail sans qualités : Les conséquences humaines de la flexibilité*. Albin Michel.