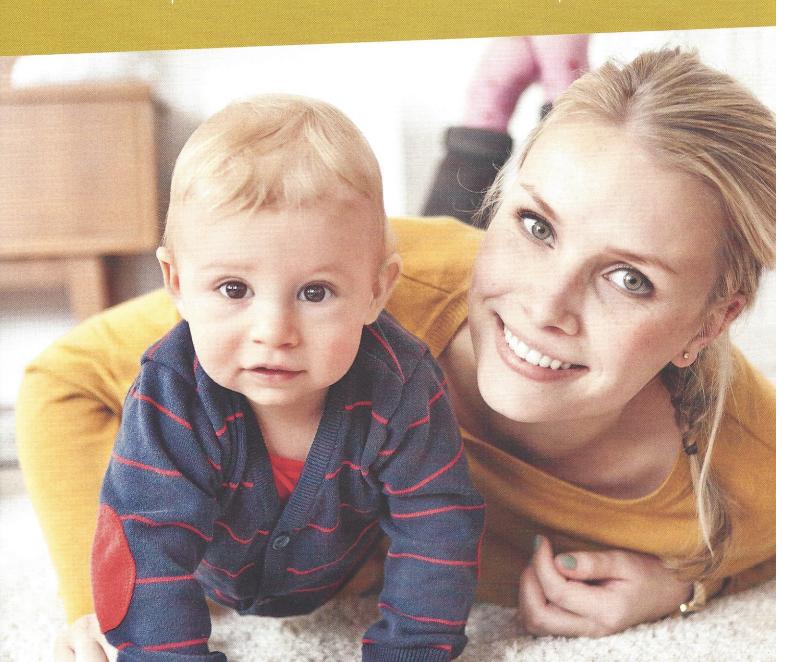
# C'est la rentrée pour moi aussi!

Vous venez d'avoir un bébé, vous allez reprendre le boulot et vous êtes bien décidée à ne pas subir les préjugés qui frappent les mères dans le monde professionnel. Les conseils de deux coaches pour relever ce défi.



GALLERY STOCK

Soyons clairs, le contexte n'est pas des plus favorables. « Selon le Défenseur des droits\*, les cas de discrimination dont il est saisi concernent en premier lieu la grossesse, devant tous les autres motifs qui sont la couleur de la peau, la religion ou le handicap », insiste Marlène Schiappa, présidente de l'association Maman travaille (voir encadré). « Un arrêt pour grossesse équivaut à une perte de salaire de l'ordre de 10 % et aboutit à un ralentissement de la promotion dans les deux années qui suivent », ajoute Brigitte Grésy, secrétaire générale du Conseil supérieur de l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes.

Les entreprises auraient-elles un souci avec les mères de famille? « Les femmes au travail sont victimes de stéréotypes. Une étude américaine a mis en évidence le phénomène du mummy penalty. Quand une femme annonce qu'elle va avoir un bébé, ses supérieurs s'imaginent d'emblée qu'elle va être moins disponible, plus souvent absente. Sans même attendre de voir si leurs craintes vont se vérifier dans les faits, ils lui confient moins de responsabilités et l'envoient moins en déplacement. A l'inverse, le futur papa bénéficie du daddy bonus : puisqu'il va devenir chef de famille, il paraît logique que son salaire soit plus conséquent. On s'arrange donc pour le faire progresser », raconte Marlène Schiappa.

Autre menace qui pèse sur la carrière des mères : la culture du présentéisme. « En France, la valeur professionnelle des individus est souvent estimée à l'aune du temps passé dans l'entreprise. Pas de chance pour les femmes qui demeurent en moyenne une heure de moins que les hommes à leur travail. Pour cause, elles assument deux fois plus de tâches qu'eux à la maison et les journées n'ont que 24 heures! Malheureusement, on ne tient pas compte du fait que le temps de travail des femmes est plus resserré et efficace (elles perdent moins de temps que les hommes en déjeuners d'affaire et en réunions), pas plus qu'on ne comptabilise leur travail invisible quand elles rallument l'ordinateur le soir, une fois que les enfants dorment » décrit Brigitte Grésy.

Le tableau n'est pas rose. Mais ce n'est pas une raison pour baisser les bras. Et grâce aux conseils de Emilie Devienne, auteur de l'ouvrage Les 50 lois des femmes qui réussissent\*\* et de Valérie Moissonnier, fondatrice de l'Institut du Selfcoaching, le fatalisme ne passera pas par vous!

## Pendant le congé maternité, on prépare son retour

On bétonne le mode de garde. Dès le début de votre grossesse, commencez vos recherches pour trouver le mode de garde qui vous convient et surtout une personne en qui vous aurez confiance. Confier son bébé sans appréhension, c'est LA condition pour repartir au boulot l'esprit disponible.

On briefe son homme. Si vous voulez vous investir dans votre boulot, vous ne pouvez pas tout faire à la maison, c'est mathématique. C'est le moment d'aborder le sujet avec le papa : que pourra-t-il prendre en charge ? Aller déposer bébé chez la nounou le matin ? Hum, hum... C'est sympa, mais ce sera donc à vous d'aller le chercher le soir, donc de quitter le bureau tôt, à l'heure où tout se joue dans les réunions et discussions informelles... Attention donc au partage qui semble égalitaire mais ne l'est qu'en apparence. A vous aussi de lâcher du lest et d'accepter que votre homme fasse les choses à sa façon, pas forcément moins bien, mais différente.

On garde le contact. Bien sûr, votre congé maternité est fait pour vous permettre de récupérer et d'installer avec votre toutpetit une relation tendre et sécurisante. Mais que cela ne vous empêche pas de regarder de temps en temps vos mails, de déjeuner avec vos collègues, de vous débrouiller pour être invitée si votre boîte vit un grand événement en votre absence. Bref, restez présente, montrez-vous!

On fait le point sur ses motivations. Devenir mère, ça vous change une femme! Avant de retourner au boulot, prenez vraiment le temps de réfléchir à vos envies professionnelles. Un quatre cinquième, voilà qui vous tenterait bien maintenant? Ou alors: forte de votre nouveau statut de mère, vous vous sentez plus sûre de vous, et avez envie de prendre plus de responsabilités? Non à l'autocensure: être mère et avoir de l'ambition n'est pas incompatible!

Trois semaines avant la reprise, on rencontre son supérieur. Si vous visez un aménagement de votre temps de travail, il ne sera ainsi pas pris de court. Si vous souhaitez une promotion, vous pourrez le rassurer sur vos aptitudes à l'assumer en lui expliquant dans les grandes lignes l'organisation mise en place dans votre vie privée.

### Maman travaille, un blog plein d'idées et d'énergie

L'aventure de Maman travaille commence en 2008, quand Marlène Schiappa se lance dans la rédaction d'un blog. « Mon idée était de créer un lieu où les mères actives pourraient venir raconter et partager leurs bonnes pratiques pour mieux concilier vie professionnelle et vie familiale », raconte-t-elle. En 2012, le blog est devenu aussi une association qui organise chaque année la Journée Maman travaille, riche de conférences, d'ateliers et de débats. Si vous voulez, vous aussi, rejoindre ce réseau de mères actives, rendez-vous sur www.mamantravaille.fr: vous y trouverez des témoignages, des conseils, des interviews de coaches, d'experts, l'actualité sur la conciliation entre vie personnelle et vie professionnelle... et des billets d'humeur.

### C'est la rentrée pour moi aussi!

### Quand on revient,

### on adopte la bonne attitude

On réfléchit avant de parler de ses enfants. Evitez de rebattre les oreilles de vos collègues avec les malheurs de Chérubin, ses coliques, ses fossettes, etc. Au travail, faites l'effort de parler d'autre chose que de votre bébé. Ce sera le meilleur moyen de ne pas renforcer les stéréotypes existant à l'encontre des mères. On s'entraîne à répondre du tac au tac. Ne restez pas muette quand ces fameux stéréotypes s'expriment un peu trop grossièrement. Votre chef vous annonce que ce dossier n'est pas pour vous car il comporte trop de déplacements? Répondez-lui gentiment : « Occupez-vous de m'exposer les tenants et aboutissants du dossier, je m'occupe de gérer mon organisation familiale. » Avec le sourire, bien sûr!

On se montre patiente. En votre absence, l'entreprise a continué de vivre : vous avez manqué une partie du film qu'il vous faut rattraper. Prévoyez des déjeuners avec les collègues ou des petites pauses à la machine à café pour glaner des infos : qui a le vent en poupe désormais ? Le projet de fusion de tel et tel service a-t-il progressé ? Comment fonctionne ce nouveau logiciel ? Acceptez donc d'être patiente si vous n'avez pas retrouvé exactement le même poste qu'avant votre départ, pas les mêmes responsabilités : on attend de vous cette « remise à niveau », on teste aussi sans doute votre motivation.

# Pendant la première année, on reste vigilante

Si rien ne bouge, on monte au créneau. Patiente ne veut pas dire résignée. Si quelques mois après votre retour rien n'a bougé, prenez le taureau par les cornes. Renouvelez auprès de votre supérieur votre demande de réintégrer votre ancien poste ou un poste à l'identique. Toujours rien ? Rencontrez la direction des ressources humaines : une formation vous rendrait-elle plus « utile » à l'entreprise ? Un autre poste pourrait-il vous convenir ? On monte un dossier. Vous êtes placardisée ? Conservez les mails de tous vos échanges avec vos supérieurs et la DRH, faites un compte rendu après chaque rendez-vous, recueillez des témoignages de collègues. Cela vous sera très utile si vous saisissez le Défenseur des droits pour cause de discrimination pour grossesse ou si vous attaquez aux Prud'hommes.

On réseaute. Suivez l'actualité du secteur dans lequel vous travaillez, intéressez-vous aux entreprises concurrentes, renouez avec les collègues des boîtes où vous avez travaillé dans le passé. Instaurez une veille de manière à saisir la première occasion de job qui pourrait se présenter à l'extérieur.

Isabelle Gravillon

# Témoignages

Martine: « J'ai cherché un autre travail après la naissance de mon deuxième enfant. »

> Martine est éducatrice à Troyes et maman de 2 enfants de 5 et 6 ans.

"Au retour de mon congé maternité, après mon premier enfant, j'ai rapidement compris que mon nouveau statut de mère posait un véritable problème à mes supérieurs. A l'époque, j'étais éducatrice dans un centre maternel accueillant des jeunes mères : on me reprochait de moins parvenir à prendre du recul depuis que j'étais moimème maman, d'être trop dans l'empathie. Après la naissance de mon deuxième enfant, j'ai cherché du travail ailleurs. J'ai été recrutée par une association qui prend en charge des adultes handicapés. Dans ce nouvel emploi, je suis la seule mère et, cette fois, cela me sert. On m'utilise comme joker quand il faut parler aux parents des personnes dont nous nous occupons!

### Sophie : « J'ai négocié mon départ en cherchant un autre travail »

Aix-en-Provence et maman de 3 enfants de 2, 7 et 10 ans. « A mon retour, après mon premier enfant, on m'a tout de suite confié une mission à responsabilité. Après ma deuxième grossesse, j'avais décidé de changer de boîte pour mieux progresser : la personne qui m'a recrutée s'est montrée très ouverte. A partir du moment où je lui avais assuré avoir mis tout en place pour m'organiser, elle m'a fait confiance. Je suis donc revenue confiante après ma troisième grossesse. Mais, entre-temps, mon entreprise avait été rachetée et ça a été la placardisation directe : trois enfants, c'était trop pour eux! J'ai tenu bon, jusqu'à ce qu'ils acceptent un départ négocié, tout en cherchant un autre job en même temps. Je viens d'en trouver un! »

<sup>\*</sup> Le Défenseur des droits a remplacé la Halde (Haute autorité de lutte contre les discriminations et pour l'égalité). www.defenseurdesdroits.fr

<sup>\*\*</sup> Ed. L'Archipel.