

ISABELLE FONTAINE

Préface de

Clémentine Autain,

féministe et femme politique

DEVENIR MÈRE ET RÉUSSIR SA VIE PROFESSIONNELLE



LE GUIDE

POUR TOUTES CELLES

QUI VEULENT

CONCILIER

CARRIÈRE

ET VIE PERSONNELLE

LE D U C . S
E D I T I O N S

Si vous ne voulez pas choisir entre réussir votre vie professionnelle et avoir des enfants, ce livre est fait pour vous ! Être maman sans mettre entre parenthèses votre carrière, c'est possible, des femmes de tous horizons y parviennent. Grâce à ce livre, vous pourrez vous aussi aborder cette nouvelle étape de votre vie comme une pro...

Au programme :

- **Le bon moment pour être enceinte.** Si vous attendez ce « bon moment », vous ne serez jamais enceinte ! Mais ce guide vous permettra d'optimiser cet événement sans freiner votre carrière : bien gérer votre grossesse et votre congé maternité, rassurer vos collègues et supérieurs de votre motivation...
- **Au secours, il faut faire garder Bébé !** Pas toujours facile de s'organiser, mais il existe de très nombreuses solutions.
- **À deux doigts de craquer ?** Pour éviter le *burn out*, il faut parfois envisager des changements : réorganiser ses journées (commencer plus tôt le matin, par exemple), demander à faire du télétravail de temps en temps, passer au temps partiel ou même envisager un congé parental ou devenir indépendant. Il suffit de trouver ce qui vous convient le mieux.

Un guide unique pour être une maman épanouie ET une femme active accomplie

Isabelle Fontaine, journaliste depuis une dizaine d'années, est également maman de trois enfants.

Préface de Clémentine Autain, femme politique féministe, qui tente de faire changer les mentalités pour aider les femmes à mener de front leur carrière et leur vie familiale, sans devoir choisir entre les deux.

ISBN 978-2-84899-514-4

illustration : valérie lancaster

design : bernard amiard



18,00 euros
Prix TTC France

9 782848 995144

RAYON LIBRAIRIE : PARENTING

L E D U C . S
E D I T I O N S

Retrouvez nos prochaines parutions, les ouvrages du catalogue et les événements à ne pas rater. Votre avis nous intéresse : dialoguez avec nos auteurs et nos éditeurs. Tout cela et plus encore sur Internet à :

<http://blog.editionsleduc.com>

Maquette : Sébastienne Ocampo

© 2012 LEDUC.S Éditions
17, rue du Regard
75006 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 978-2-84899-514-4

ISABELLE FONTAINE

Préface de

Clémentine Autain,

féministe et femme politique

DEVENIR
MÈRE
ET RÉUSSIR
SA VIE PROFESSIONNELLE

L E D U C . S
E D I T I O N S

SOMMAIRE

Préambule	7
Préface de Clémentine Autain	9
Introduction	13
1. Le bon moment pour devenir une <i>working mother</i> , c'est quand ?	15
2. Grossesse et congé maternité : zen, restons zen	43
3. Au secours, il faut faire garder Bébé !	77
4. Retour à la case boulot. Trouvez votre rythme de croisière	113
5. Lever le pied quelque temps... si tentant !	155
6. Changer d'horizon professionnel... pour devenir la maman active dont vous rêvez	189
Conclusion	227
Bibliographie	229
Remerciements	243
Table des matières	245

PRÉAMBULE

« La situation actuelle est inédite. Les femmes travaillent, mais elles ont toujours des enfants, elles aiment toujours en avoir et leur consacrer du temps. Mieux, elles veulent tout : du temps pour le travail, pour leurs enfants, pour leurs conjoints, pour elles, et, aujourd'hui, elles prennent en charge toutes ces tâches en même temps. Or, pour accompagner cette révolution silencieuse qui s'est faite naturellement et sans crier gare, notre société ne s'est pas adaptée. »

Dominique Méda, sociologue et philosophe, *Le temps des femmes*, Flammarion, 2001.

« J'ai beaucoup d'exemples de femmes autour de moi qui ont fait des carrières brillantes. Mais à quel prix... Sans voir leurs enfants, sans s'occuper d'eux. Pour moi, ça ne constitue pas un modèle de réussite. Je ne veux surtout pas reproduire un tel schéma. Je veux trouver une autre voie. »

Fleur, 29 ans, chargée de projet stratégie et communication dans un grand groupe de luxe, un enfant de 18 mois.

« Avant, je me disais : "Je vois bien qu'il y a des mamans qui galèrent avec le boulot, mais moi, ce sera différent, je vais y arriver." En devenant mère à mon tour, j'ai réalisé que c'était possible, mais pour cela il a fallu entrer en combat. Ce n'est pas une posture qui

m'est naturelle, mais elle est nécessaire pour garder le cap de ma vie professionnelle. »

Julie, 37 ans, chef de projet dans une librairie/maison d'édition, deux enfants de 4 et 2 ans.

« On ne m'avait pas prévenue que c'était difficile d'avoir des enfants. Ça ne se fait pas de le dire. On fait toujours ressortir les aspects positifs, le bonheur d'être mère. C'est tout rose, tout joli. De la même manière, ça ne se fait pas de dire que, généralement, c'est moins fatigant d'aller bosser que de s'occuper de ses petits. »

Mélanie, 32 ans, comédienne, deux enfants de 2 et 5 ans.

PRÉFACE DE CLÉMENTINE AUTAIN

Ne nous racontons pas d'histoire... Articuler le temps de vie familiale, l'activité professionnelle, les relations amicales, l'engagement citoyen et les moments juste pour soi relève du défi. C'est la quadrature du cercle ! Celles qui prétendent le contraire, que l'on voit tout sourire et ultra-sexy en photo dans les magazines 48 heures après un accouchement reprenant le boulot, sont à mille lieues de la réalité des femmes qui ont de l'ambition professionnelle et un désir de maternité.

Mère de deux enfants en bas âge avec une vie active intense, je suis bien placée pour vous dire que l'équation n'est pas facile à tenir – j'ai parfois l'impression d'être sur une moto à 200 à l'heure sur l'autoroute par temps de pluie. Mais elle est possible, surtout quand les revenus permettent de vivre convenablement et que le père des enfants est une perle rare, investi à égalité à la maison. Je pense souvent aux mères célibataires, à celles qui n'arrivent pas à joindre les deux bouts, à celles encore dont le compagnon refuse de changer une couche ou de passer l'aspirateur.

Comme tant d'entre nous, je cours beaucoup, il m'arrive de culpabiliser, l'organisation est souvent un casse-tête mais je ne renoncerai ni à mon activité et à mon autonomie financière, ni à être une mère « suffisamment bonne » comme disait le pédopsychiatre Donald Winnicott.

Ce guide d'Isabelle Fontaine sera utile aux femmes qui n'entendent pas renoncer. Il nous aide à surmonter les difficultés, à mesurer l'impact de nos choix, à négocier le partage des tâches,

à prendre du recul, à lâcher du lest. Bref ! À faire au mieux dans une société qui ne s'est pas adaptée aux bouleversements majeurs liés à l'émancipation des femmes.

La question de la conciliation entre vie professionnelle et familiale se pose essentiellement pour les femmes – on ne se demande pas comment des générations d'hommes ont pu avoir plusieurs enfants en occupant des postes à forte responsabilité ! Ce n'est pas un hasard mais le fruit de l'histoire des rapports sociaux entre les sexes. Pendant des siècles et des siècles, le « deuxième sexe » a effectué gratuitement les tâches domestiques et parentales. Les femmes étaient cantonnées à la maison, dans la sphère privée, quand les hommes s'arrogeaient l'espace public.

L'entrée massive des femmes sur le marché du travail salarié est un phénomène récent, remontant aux années soixante. Aujourd'hui, le taux d'activité des femmes âgées de 25 à 49 ans s'élève à plus de 85 %. Une révolution qui s'inscrit, au xx^e siècle, dans un processus plus large d'émancipation inédite des femmes (droit de vote, libéralisation de la contraception et de l'avortement, etc.).

Mais si les deux parents investissent le monde extérieur au foyer, l'emploi et la vie citoyenne, comment peut s'organiser la prise en charge de tout le travail domestique et parental ? Qui va laver les sols, remplir le frigo, s'occuper des machines, donner le biberon, le bain, lire des histoires, suivre les devoirs, etc. ? Avec deux enfants, ces activités représentent environ 39 heures par semaine.

C'est ainsi que la double journée de travail s'est imposée pour l'écrasante majorité des femmes, toujours assignées aux tâches qui leur ont été historiquement dévolues. Injuste, épuisant, destructeur pour la qualité de vie. L'infernal cumul s'est soldé par une explosion du temps partiel chez les femmes, qui signifie salaire partiel, chômage partiel et retraite partielle. Le stress s'est accru pour les jeunes mamans. Et le « plafond de verre », cette

barrière invisible qui empêche les femmes d'accéder au plus haut niveau de la hiérarchie dans leur travail, s'est installé.

Au fond, les pouvoirs publics n'ont pas pris la mesure du problème, ne l'ont pas anticipé, ne se sont pas dotés des moyens de le résoudre. L'enjeu, c'est de réorganiser de fond en comble les temps de la vie pour permettre aux femmes et aux hommes d'avoir à la fois une vie active et une vie familiale.

Nous avons besoin d'une refonte des politiques familiales et notamment d'un véritable service public gratuit d'accueil de la petite enfance. Aujourd'hui, en France, seul un enfant de moins de trois ans sur dix est accueilli dans une crèche ou une halte-garderie. Où sont les autres ? Le déficit de structures publiques pour les petits oblige nombre de femmes à rester à la maison. Moins elles sont diplômées et plus leur salaire est faible, plus les femmes se trouvent contraintes d'opter pour cette solution. Le bienfait des structures collectives sur le développement des petits, dès lors qu'elles ne sont pas conçues comme des garderies mais comme des espaces d'éducation, est aujourd'hui connu. Nous avons réussi à construire des écoles maternelles gratuites pour tous les enfants. Aujourd'hui, la collectivité doit produire le même effort pour un véritable service public d'accueil pour les moins de trois ans.

L'implication des pères doit être encouragée car elle est déterminante. Qui peut croire sérieusement que l'on saurait améliorer la situation des mères sans que les pères modifient en profondeur leur comportement ? L'avenir est au partage des tâches et des plaisirs liés à la vie avec des enfants. Cela passe par l'allongement significatif du congé de paternité, qui devrait être obligatoire, ou par des mesures plus symboliques comme rebaptiser les « maternités » en « maisons de naissance », l'école « maternelle » en école « enfantine ». Les mots traduisent l'exclusion des hommes de

l'univers des bébés et des enfants. Ils forgent notre imaginaire. C'est pourquoi notre vocabulaire ne doit plus être sexiste. De plus, la non mixité des espaces dédiés aux petits contribue à reproduire l'ordre des sexes. Les préjugés, les modèles imposés doivent être battus en brèche pour que pères et mères trouvent à égalité leur place dans la famille. Qu'elle soit sur un modèle classique, recomposée ou homoparentale, la famille est à réinventer.

Enfin, la réduction du temps de travail salarié, pour toutes et tous, en visant à court terme les 32 heures hebdomadaires, est incontournable. L'émancipation des femmes est à ce prix. Repenser les temps de la vie, c'est-à-dire la part entre travail salarié, quotidien domestique et parental, engagement et loisirs, doit permettre de dégager un meilleur équilibre de vie pour les femmes mais aussi pour les hommes. La vie au bureau, comme en politique, a été pensée par les hommes et pour les hommes. Les horaires et la durée des réunions ne sont, par exemple, pas adaptés aux besoins familiaux. Il faut que ça change.

Ces chantiers d'ampleur, qui supposent une profonde réorganisation sociale et un autre partage des richesses et des pouvoirs, sont à mille lieues des discours lénifiants et consensuels en faveur de l'égalité entre les sexes. La réalité du quotidien familial est souvent renvoyée au privé, comme si savoir qui fait la vaisselle et habille les enfants n'était qu'une question de négociation propre à chaque couple. Or, c'est une question sociale et politique.

En attendant, nous avons à faire face... Avec l'ambivalence de nos désirs, à nous toutes, dans un moment où les repères des identités hommes/femmes se brouillent. Loin des injonctions habituelles à devenir ces improbables et introuvables superwomen, Isabelle Fontaine nous aide à construire, dans ce monde tel qu'il est, des vies qui nous conviennent et nous ressemblent.

Clémentine Autain

INTRODUCTION

Entre réussir votre vie professionnelle et devenir mère, vous avez fait votre choix. Justement, vous refusez de choisir. Vous voulez les deux, et peut-être plus encore : être une femme épanouie, une compagne aimante, une copine disponible, une sportive pas que du dimanche, une experte en décoration, fée du logis version Mary Poppins et cordon-bleu à ses heures... Seulement voilà, tout n'est pas aussi simple dans ce monde que vous voudriez meilleur. Le challenge est ambitieux à relever. Parfois, il frise l'illusoire tant la pression sur les épaules des femmes des années 2000 est grande. Il faudrait être au top dans tout, tout le temps...

Concilier vie professionnelle et vie privée ? « Oh, mais c'est juste une question de moyens ! », avancent certains. Si, à l'évidence, cela facilite grandement les choses, cela ne fait pas tout. Car il est un constat unanime que font les parents : le temps avec les enfants ne s'achète pas. Et c'est bien ce temps après lequel on court, et qu'il faut, en permanence, s'appropriier, amadouer, répartir entre impératifs privés et professionnels. Une tâche loin d'être évidente. En perpétuel recommencement.

Dans ce guide pratique, vous croiserez des mamans actives qui, chacune à leur manière, ont rendu possible cet équilibre entre vie pro et vie familiale. Un équilibre parfois instable, parfois pérenne. Elles ont toutes en commun d'avoir investi la sphère du travail. Elles veulent réussir : être en phase avec leurs envies, leurs objectifs, quels qu'ils soient. Tisser des relations sociales,

être indépendantes financièrement, avoir des responsabilités, participer à un projet de groupe, se sentir utiles, créatives, faire du business, voyager, vivre leur passion... Tout cela en cultivant le goût et l'ambition d'être mère.

Aux côtés de leurs témoignages et des avis de spécialistes, vous trouverez des pistes, suggestions, solutions pour vous inspirer dans vos choix et décisions.

1

Le bon moment pour devenir une *working mother*, c'est quand ?

Pour certaines, mettre en route Bébé est d'une exemplaire simplicité. Pour vous, c'est cornélien. Dans votre tête, c'est un tourbillon. Pêle-mêle : « Je viens à peine de rentrer dans la boîte, je ne peux pas faire ça à mon manager, mon collègue va me souffler tel projet, je vais être placardisée au retour du congé maternité, et après ce que j'ai investi dans mes études ou ma formation, ce n'est pas possible. » À moins que ça ne soit : « Je ne suis pas prête pour devenir mère, mon chéri non plus d'ailleurs, je ne saurai pas m'en occuper, l'appart est minuscule, nos salaires aussi, on ne veut pas perdre notre liberté, on veut sortir, faire la fête, voyager, profiter quoi ! Et puis, de toute façon, je n'ai que 30 ans. » Ou bien encore : « Je suis déjà overbookée, alors avec un enfant de plus, c'est passeport pour le *burn out*, et là, la promotion après laquelle je cours va définitivement me passer sous le nez. » Pourtant, malgré ces arguments parfaitement huilés qui tournent en boucle dans votre tête, vous ne pouvez vous empêcher de craquer pour Léon, le petit dernier joufflu de la cousine Adeline, vous feuillotez compulsivement les magazines

enfance dans la salle d'attente du dentiste et rêvassez pendant votre pause-déjeuner au rayon layette de Monoprix. Et lorsque Tatie Delphine vous lance, sous l'œil scrutateur de votre maman : « Alors c'est pour quand ? », vous vous rappelez avec effroi le concept de l'horloge biologique, soigneusement relégué dans un recoin poussiéreux de votre mémoire.

Un bébé, dans l'absolu, vous voudriez bien, oui... MAIS.

Peut-être avez-vous envie de tordre le cou à cet insidieux MAIS.

Pas de recette miracle en la matière ou de solution universelle toute prête... Juste quelques indispensables mises au point pour vous aider à y voir plus clair.

L'écran de fumée des conditions idéales

Lâchez du lest

Aujourd'hui, avoir un enfant suppose de faire un « **projet** ». Si le terme manque singulièrement de glamour, il correspond néanmoins à une réalité récente. Souvenez-vous : dans les années soixante, nos mères militent pour le droit à la contraception et à l'avortement. Ces libertés, si fondamentales qu'elles nous paraissent aujourd'hui inaliénables, modifient en profondeur la relation à la maternité. Alors que la gent féminine s'émancipe – accès aux études, aux responsabilités professionnelles, à l'indépendance financière –, désormais, la perspective de devenir maman revient à réfléchir, calculer, programmer, anticiper.

Même si Dame nature est là pour nous rappeler qu'il ne suffit pas toujours de vouloir pour pouvoir (*voir un peu plus loin la question de l'horloge biologique, p. 32*), les sociologues ont observé que **le projet de famille s'inscrit dans un cadre : vivre en couple, avoir un logement adéquat, avoir fini ses études et bénéficier d'un emploi pérenne**. Ils observent les mêmes critères dans la plupart des pays européens. On veut le meilleur pour Bébé : confort, sécurité, parents épanouis, heureux, presque déjà accomplis...

Maman à 30 ans et diplômée

L'âge moyen à l'accouchement du premier enfant était de 26,5 ans en 1977. En 2010, il est de 30 ans. Les Parisiennes se distinguent avec une moyenne plus élevée de 31 ans et 4 mois contre 29 ans et 7 mois en région. Près d'un bébé sur deux a une mère diplômée de l'enseignement supérieur. Avec 2 enfants par femme, la fécondité des Françaises atteint un niveau record en Europe où la moyenne est de 1,6.

Source : Insee et Ined.

Or, beaucoup de mamans actives, d'expérience, vous le diront... : il n'y a pas de piège plus enlisant que cette fameuse attente du « moment idéal ».

Études de plus en plus longues, aux débouchés parfois incertains, période de pré-emploi précaire à rallonge ponctuée de stages et CDD sans lendemain, CDI rares dans certains secteurs et parfois pas si pérennes que ça, changements fréquents d'employeurs... Accéder, s'installer et perdurer dans le monde du travail n'a rien d'un long fleuve tranquille. Sans compter l'accès au logement, qui peut se muer en véritable parcours du combattant, obligeant souvent à recourir au système D.

La solution : oser enrayer le syndrome de l'attente au risque de s'enfermer dans un impossible modèle à atteindre. Oser inventer son moment idéal à soi.

Zoom

Selon l'historienne Yvonne Knibiehler, c'est entre 28 et 35 ans que les femmes réfléchissent et hésitent le plus à devenir mère.

Source : *Histoire des mères et de la maternité en Occident*, « Que sais-je ? », PUF.

« J'ÉTAIS PRÊTE À SACRIFIER MON INDÉPENDANCE SANS REGRETS »

Sandrine, 35 ans, brand manager dans une multinationale du secteur agroalimentaire, temps plein, un enfant de 3 ans.

« Je me suis sentie prête à devenir mère quand j'ai réalisé plusieurs choses personnelles importantes. Je pouvais sans regrets sacrifier mon indépendance. J'avais réussi mon projet d'expatriation, mené une vie professionnelle trépidante, accompli mon rêve de tour du monde et vécu en couple un certain temps. J'ai saisi l'opportunité de mon retour en France pour devenir maman. Ensuite, quand mon fils a eu 1 an, j'ai décroché un poste au service marketing d'une grande entreprise. »

« ON SE RETROUVE VITE À 40 ANS, ET PAS DE GAMIN »

Aurélie, 33 ans, ingénieur d'études dans une start-up, à 4/5^e, deux enfants de 8 et 5 ans.

« Si on attend d'avoir tout : l'appart idéal, les études idéales, le boulot idéal, on se retrouve vite à 40 ans, et pas de gamin. Moi, je ne me suis →

1. Le bon moment pour devenir une *working mother*...

jamais posé trop de questions. J'ai eu mon fils juste à la fin de mon école d'ingénieur. Sans aucun complexe, je suis allée démarcher des entreprises sur un salon spécialisé, enceinte de 5 mois. Je ne voyais pas où était le problème. Mais aux têtes ahuries que les recruteurs faisaient, je suis repartie en courant. Ma fille, elle, je l'ai eue entre deux contrats. »

À écouter les *working* mamans – et heureuses de l'être –, sauter le pas, que ce soit pour le premier ou les suivants, est bien moins compliqué qu'on ne l'appréhende parfois. Seulement 2 conditions sont incontournables :

1. En avoir envie et être en phase avec son partenaire sur le projet parental.
2. Avoir les moyens financiers pour assumer Bébé.

Interrogez sereinement votre désir

Au-delà des préalables matériels, **le bon moment est celui du désir.**

Ce qui prime, c'est l'envie !

« En avoir vraiment envie », « Se sentir prêt(e) », « Que le conjoint soit d'accord » sont les conditions estimées nécessaires par les hommes et les femmes pour avoir un enfant, et ce, juste devant les critères matériels comme avoir fini ses études, avoir un travail stable, un logement plus confortable ou avoir davantage de revenus.

Source : « Avoir un enfant : être prêts ensemble ? », Magali Mazuy in *La Revue des Sciences Sociales*, n° 41.

DES MANIFESTATIONS PAS TOUJOURS FACILES À CERNER

Le désir d'enfant, complexe, relève à la fois d'une intention et d'un processus inconscient. Pour certaines, ce désir rime avec évidence, et ce, depuis l'enfance. Pour d'autres, il est en apparence inactif, mais capable de surgir d'un jour à l'autre. Il peut alors se révéler vraiment tyrannique, voire viscéral. La rencontre d'avec sa moitié agit souvent comme un détonateur. On a envie de l'enfant de l'homme qu'on aime.

Le désir d'enfant est souvent fragile. Versatile. Un jour revendicateur, le lendemain mystérieusement absent. Il peut aussi être silencieux après un premier, voire un deuxième enfant et se réveiller soudainement, sur le tard. Ou bien encore, il peut se manifester « à l'insu de son plein gré »... C'est l'histoire de la mauvaise manœuvre contraceptive, qui arrange bien, au final.

Enfin, parfois, il ne survient pas du tout. Et parfois aussi, malgré le désir d'être parents, le couple ne parvient pas à avoir d'enfant. 1 femme sur 10 restera sans enfant au terme de sa vie féconde, que ce soit volontairement ou pas.

Le désir d'enfant au masculin s'exprime en général plus tardivement... et différemment. Pour certains hommes, l'envie d'enfant ne devient active et « évidente » que lorsque sa moitié est enceinte. Et ce n'est qu'à la naissance qu'il aura le sentiment d'être vraiment père. Les futurs papas vivent leur désir de manière moins impulsive et physique que les femmes. Ils mettent souvent du temps, réfléchissent, mûrissent leur réflexion.

« UN HEUREUX OUBLI »

Gwénaëlle, 39 ans, ancienne cadre dans l'édition, en création d'entreprise, quatre enfants de 14, 12, 8 et 4 ans.

« Si j'avais réfléchi, j'aurais attendu d'avoir 30 ans pour devenir maman. Mais il y a eu un oubli de pilule et je suis tombée enceinte à 24. Au début, c'était le drame pour moi mais, en fait, ça s'est bien passé, je venais de décrocher un CDI juste après mon master d'édition. Il y avait déjà des mamans autour de moi. Avec le recul, je me dis que c'est une chance d'avoir eu ma fille aussi tôt, sans l'avoir calculé. Sinon, j'aurais peut-être attendu, trop attendu. Pour les autres, j'ai choisi le moment. À chaque fois, j'étais en poste, bien installée dans ma fonction. »

« ÇA A ÉTÉ UN DÉCLIC »

Stéphanie, 39 ans, cadre au service financier d'une filiale d'un grand groupe automobile, à 4/5^e, quatre enfants issus de deux mariages de 13, 10, 3 et 2 ans, et enceinte de 8 mois de son cinquième.

« Mon envie est apparue de manière subite. Ça a été comme un déclic, sorti du fond de moi. La semaine avant, je n'y pensais même pas. C'était mon premier CDI, j'étais encore en période d'essai. J'en ai parlé à mon compagnon et, à ma grande surprise, il était aussi pour. On a patienté pour concrétiser, car il voulait se marier avant. Quand je suis tombée enceinte, j'étais en poste depuis un an. Mon deuxième enfant, je l'ai eu alors que j'étais intérimaire. Les trois derniers, dans l'actuelle société dans laquelle je suis installée depuis dix ans. »

Prête/Pas prête, telle est la question

Les tests fleurissent ici ou là dans les magazines féminins. « Êtes-vous prête à avoir un bébé ? Faites le point en vingt questions. » On vous interroge sur l'instinct maternel, la grossesse, l'accouchement, votre couple, vos envies, vos habitudes... S'ils servent à interpeller, à guider dans sa réflexion, ces tests ne doivent pas cacher l'essentiel. Si vous verbalisez des réticences, si elles reviennent incessamment, c'est sûrement que ce n'est pas le bon moment. Le désir d'enfant, lorsqu'il est mûr, est capable de soulever bien des contraintes extérieures.

POUR SE CONNECTER SEREINEMENT À SON DÉSIR, MIEUX VAUT ÉVACUER QUELQUES PARASITES

– Sus à la pression de l'entourage

Ah ! la fameuse pression sociale qui exige de rentrer dans les clous de la parentalité, et idéalement d'avoir garçon et fille. À peine installée dans votre couple, il vous faut assumer un cortège de réflexions pour le moins pénibles. Copains, famille, collègues se sont ligüés contre vous, vous ne savez trop pourquoi, ils ont décidé à votre place que c'était le bon moment.

Li-bé-rez-vous ! Votre moment vous appartient, il n'est pas le leur.

Que répondre à l'insupportable « Et vous, c'est pour quand ? ».

Suggestions : « Les voies du Seigneur sont impénétrables », « Promis, on vous tient au courant », « On fera des enfants quand on sera vieux, comme ça, on les emmerdera pas longtemps » (Jean Yanne).

La famille, pilier des identités

À la question « Qu'est-ce qui permet le mieux de dire qui vous êtes ? », 89 % des femmes et 83 % des hommes interrogés ont répondu la famille. Arrivent ensuite, loin derrière, le métier et les amis.

Enquête Insee « La famille, pilier des identités », Frédérique Houseaux, 2003.

– Ne pas se mettre trop la pression soi-même

À la perspective de devenir maman, vous êtes envahie par un flot de pensées pas vraiment rose layette : « Notre couple va-t-il tenir le choc ? Saurai-je et aurai-je le temps de m'occuper de mon enfant ? Comment vais-je organiser sa garde ? Vais-je aliéner ma liberté ? Vais-je mettre ma vie pro en pièces ? » Il est normal, sinon sain, de se poser ces questions. Mais dans le même temps, il faut accepter de ne pas avoir toutes les réponses. Il est impossible de se préparer à la parentalité, tant, à chaque fois, c'est un saut dans l'inconnu. Inutile de placer la barre trop haut. Les mères, les pères, les couples, les bébés parfaits, ça n'existe pas. Les difficultés de garde et d'organisation au quotidien se gèrent, y compris dans les familles nombreuses. Souvent, on se découvre des ressources insoupçonnées. Quant au versant pro, même si les difficultés de conciliation avec la maternité sont réelles et les progrès grands à accomplir, elles ne sont pas insurmontables, loin de là.

Un bébé : prêt au grand chamboule-tout ?

« Ah, si on m'avait prévenue ! » Oui, l'arrivée d'un bébé bouscule, désordonne, bouleverse, renverse. Et il est impossible de savoir dans quelle proportion avant de l'avoir expérimenté soi-même. Un enfant procure autant de bonheur que d'aliénation. De créativité que de responsabilités. D'énergie positive que de stress. D'optimisme que de fatigue. D'enthousiasme que de frustrations. De colère que d'émerveillement. C'est l'occasion d'un changement profond de priorités dans l'existence, dont l'ampleur souvent décontenance. Le travail, jusqu'alors valeur première, peut brutalement passer au second plan. Pour un temps plus ou moins long, on met en veilleuse le professionnel. L'enfant devient le nouveau moteur de la vie. Certaines trouvent dans leur maternité un regain de motivation. « Réussir pour que son enfant soit fier de sa maman. » Prouver qu'être mère et ambitieuse, ce n'est pas antinomique. Tous ces mouvements et ces revirements sont imprévisibles... Tiens, c'est justement ça, devenir parent : plonger dans un grand bain d'imprévisibilité.

Niveau boulot, relativisez, le bon moment, c'est jamais !

Avoir un enfant n'est pas une faute professionnelle

DITES STOP À CETTE INSIDIEUSE CULPABILITÉ

Cessons de nous cacher derrière notre petit doigt, pour un employeur, le bon moment pour que sa collaboratrice devienne

1. Le bon moment pour devenir une *working mother*...

maman, et ce, pour la première, la deuxième ou la énième fois... c'est jamais ! Il y aura toujours une absence à gérer, une organisation à modifier, un coût à anticiper, etc. Et, toute dévouée que vous êtes, vous en avez pleinement conscience. Vous vous dites : « Non, vraiment, je ne peux pas faire ça, ce serait une trahison. »

Nécessaire mise au point : ce n'est pas avec votre entreprise, votre équipe ou votre manager que vous faites un enfant, mais bien avec votre conjoint, et ce, dans le cadre strict de votre vie privée.

PRENEZ UN PEU DE DISTANCE

Prise dans le flot de vos responsabilités et objectifs professionnels, vous vous faites à tort une montagne d'événements qui se gèrent parfois simplement... Après tout, un congé maternité ne dure que quelques semaines. De plus, même si ce n'est pas facile à admettre, sachez que vous êtes remplaçable ! Peut-être même sans que vous ne le soupçonniez, vos interlocuteurs ont déjà anticipé la question. Ils s'attendent un jour ou l'autre à ce que vous leur annonciez la nouvelle. Après tout, vous vivez en couple et ne le cachez à personne...

Le mot de la Psy

« On n'est jamais prête à avoir un enfant. On ne peut pas se préparer à ce bousculement total qu'est la maternité. On ne sait pas comment ça va se passer... Et ça ne se passe jamais comme on l'attend ! Le bon moment c'est peut-être finalement quand on se sent prête à être bouleversée, à se mettre en suspens. »

Bénédicte Descarpentries, psychologue clinicienne et psychanalyste.

Des moments moins pénalisants que d'autres

Que ce soit pour le premier ou les suivants, même combat : le bon moment, c'est jamais... Donc... à vous d'oser !

En théorie, il existe des moments plus adéquats, c'est-à-dire où la maternité est moins « impactante ». Mais tout dépend de votre milieu professionnel, de la culture de votre entreprise, de son style de management, de vos objectifs, et du cycle dans lequel vous vous trouvez, c'est-à-dire plus tournée vers la sphère travail ou vie privée. Certaines branches ont une politique ouvertement favorable aux mères, et ce, sur le long terme. Conscientes des enjeux majeurs d'avenir qui se profilent derrière cette question, de plus en plus d'entreprises s'engagent pour l'égalité homme-femme et une meilleure prise en compte de la vie de famille au travail. (*Voir chapitre 6, Changer d'horizon professionnel, p. 189.*)

Génération Y, Objectif équilibre

Non, Génération Y n'est pas le titre d'une obscure série TV, mais le nom donné par les sociologues américains William Strauss et Neil Howe aux 18-30 ans. Leur comportement tranche singulièrement avec celui de leurs aînés – ou génération X (nés dans les années 1960-70). Indépendante, individualiste, frondeuse, en quête de sens au travail, sensible à l'écologie, cette jeunesse revendique comme valeur phare : **l'équilibre vie professionnelle et vie privée**. Pour 60 % des étudiants français*, c'est même le premier critère cité dans leurs objectifs de carrière.

* Source : Universum, enquête menée auprès de 300 000 étudiants de grandes écoles d'ingénieur et de commerce/management dans 25 pays dont la France.

Quelques suggestions de moments clés pour se lancer sans compromettre le facteur pro :

- Sur la fin des études. Ce peut être un bon moment pour faire le premier.
- En début de vie professionnelle. Vous ne croulez pas sous les responsabilités, ou ce n'est pas encore le boulot de vos rêves. Le risque est moindre de rater une opportunité.
- Entre deux jobs. Vous ne devez rien à personne, la position est a priori confortable.

Dans ces trois cas, il vous faudra néanmoins dégager une grande énergie et faire preuve de force de caractère pour repartir ensuite très vite.

- Vous êtes à l'aise dans votre poste et votre boîte est *family friendly*, c'est-à-dire plutôt tolérante, voire bienveillante envers les mamans, et peut-être même, cerise sur le gâteau, envers les papas. Foncez, saisissez votre chance d'envisager sereinement une grossesse sans craindre d'être déstabilisée.

C'est sans conteste la situation la plus confortable, notamment pour envisager un deuxième enfant, voire plus. Mieux vaut éviter cependant le moment où vous êtes en pleine progression.

- Vers les 40 ans, une fois vos objectifs majeurs et un certain niveau de revenus atteints.

C'est un choix très stratégique, qui comporte d'assumer le risque d'une maternité, voire d'une fratrie, aléatoire. (Voir plus loin la question de l'horloge biologique, p. 32.)

Que répondre à un recruteur : « Avez-vous l'intention de fonder ou d'agrandir votre famille ? »

Posée plus ou moins directement en entretien d'embauche, cette question, et la manière d'y répondre, fait débat. Sachez qu'en vertu des articles 1221-6 et 1132-1 du Code du travail, elle est théoriquement illégale, car discriminante. Faut-il pour autant rappeler le droit à son interlocuteur ? Bien que tentante, cette position frontale serait à l'évidence pénalisante. À éviter tout autant : une attitude fuyante ou évasive, qui attirerait la suspicion. L'option du mensonge se révèle risquée... Il n'est pas donné à tout le monde d'embobiner avec naturel. De plus, vous courez le risque d'être perçue comme une manipulatrice en cas d'embauche. **La franchise décomplexée** peut être une bonne ligne de conduite. Un tonique, honnête et naturel « Oui, bien sûr, je veux fonder une famille », suivi de « Mais vous savez, je suis très bien organisée ! » est susceptible de donner une image engageante de vous. Et si un employeur refuse de vous embaucher parce que vous voulez fonder ou agrandir votre famille, pas de regrets. Au quotidien et sur la durée, vous risqueriez d'être peu épanouie dans une entreprise qui nie votre dimension de mère.

« ÇA A COÏNCIDÉ AVEC UNE PROMOTION »

Silvia, 38 ans, coordinatrice d'insertion contractuelle dans une université, à 4/5^e, deux enfants de 2 et 7 ans.

« On avait la trentaine tous les deux. J'étais réticente à cause de la question financière. J'étais cadre dans la formation et mon compagnon en thèse. Il avait très envie de fonder une famille. Un jour, j'ai décidé d'arrêter de dire
→

1. Le bon moment pour devenir une *working mother*...

“C’est pas le bon moment”. Et alors ma fille est arrivée très vite, au bout de deux mois. Ça a coïncidé avec une promotion professionnelle. Du coup, pendant ma grossesse, j’ai donné le maximum pour honorer la confiance qu’on m’avait faite et je suis partie en congé maternité la tête haute. »

« **MON DESS M’A OCCUPÉE PENDANT MA GROSSESSE** »

Solène, 35 ans, secrétaire de rédaction free-lance, deux enfants de 6 et 9 ans.

« J’étais en DESS Médiation Culturelle, je traînais un peu en fac, entre stages et cours. Mon mari, qui a cinq ans de plus que moi, me parlait d’enfant depuis un moment. Moi, ça ne résonnait pas. Et puis, j’ai eu un déclic. Je me suis dit, si j’attends de trouver le bon boulot, et ensuite, attendre encore au moins deux ans, le temps de bien m’installer, ça risque de nous mener très loin... On s’est lancés. Et finalement, mes études m’ont bien occupée pendant ma grossesse ! »

L’homme est l’avenir de la femme

Le futur papa a un **rôle fondamental** à jouer dans votre vie professionnelle. Certaines n’hésitent pas à dire qu’il est même le **pivot de leurs ambitions**, leur « life partner », leur « associé » sans qui rien ne serait possible... Alors, anticipez. Ouvrez le dialogue avec lui avant même de mettre en route Bébé. Posez des jalons. L’idée : tendre vers l’égalité du partage des responsabilités parentales et domestiques afin de tendre vers l’égalité des chances professionnelles. Cette question devient hautement stratégique au fur et à mesure que la famille s’agrandit et que la charge familiale s’accroît.

Plus votre couple assumera ensemble les enfants, que ce soit mentalement et/ou physiquement, plus vous serez disponible pour réaliser vos propres objectifs.

Dialoguez autour de questions concrètes. Ce sera plus facile ensuite de faire bouger les lignes, si besoin. N'ayez pas peur du détail. Derrière ces questions très pratiques d'apparence anodine se cachent de vrais enjeux d'avenir.

Abordez dès à présent par exemple :

- Les trajets crèche-nounou-maison, particulièrement ceux du soir.

Enjeu sous-jacent : serait-il prêt à oser demander un aménagement d'horaires, voire refuser des réunions tardives systématiques, au même titre que vous ?

- La garde de bébé malade.

Enjeu sous-jacent : serait-il prêt lui aussi à partager les imprévus de dernière minute et en assumer les conséquences ?

- La répartition des tâches domestiques.

Enjeu sous-jacent : est-il conscient qu'elles vont considérablement augmenter et qu'il va devoir, comme vous, en faire davantage ?

- Les soins au bébé.

Enjeu sous-jacent : est-il au courant que vous n'êtes pas née avec le savoir-faire inné pour changer une couche, préparer un biberon et donner le bain à un nourrisson ?

- L'opportunité du congé paternité.

Enjeu sous-jacent : est-il persuadé que c'est une occasion unique et irremplaçable de faire connaissance avec Bébé ?

- L'opportunité d'un congé parental.

Enjeu sous-jacent : est-il au courant que cette disposition s'adresse aussi bien aux hommes qu'aux femmes, y compris les deux en même temps, et, par conséquent, il n'est pas interdit d'y réfléchir ?

Abordez ces questions en gardant à l'esprit que les représentations quant au rôle des hommes et des femmes dans la société sont encore fortement stéréotypées. Dans certains milieux professionnels, il faut beaucoup de courage aux hommes pour se démarquer des normes en vigueur et oser affirmer leur implication dans la vie familiale. Encourageons-les alors !

Pourquoi fait-on des enfants ?

« Par amour, par ennui et par peur de la mort » répond, un brin désabusée, l'héroïne d'Éliette Abécassis dans *Un heureux événement**. Un sondage mené par TNS Sofres nous apprend quant à lui que 60 % des personnes interrogées pensent qu'on fait des enfants parce que « un enfant rend la vie de tous les jours plus belle, plus joyeuse » et 47 % trouvent que cela « permet de faire perdurer sa famille, de transmettre ses valeurs, son histoire »**.

* Albin Michel.

** n° 27 de *Philosophie Magazine*.

« UN SUPER-MARI »

Sandrine, 40 ans, cadre sup dans une grande entreprise de télécommunications, temps plein, trois enfants de 9, 12 et 14 ans.

« Si je peux me permettre d'être ambitieuse, c'est grâce à mon mari. Il est présent, il me soutient, il me coache. À un moment donné, j'ai repris des études à Strasbourg. Je devais m'absenter une semaine par mois. C'est lui qui gérait les trois enfants à la maison. Quand j'ai eu l'examen, tout le monde m'a félicitée, alors qu'il aurait dû l'être tout autant que moi. Au quotidien, il est là en background organisationnel, mais en plus, il a des principes. Il ne rentre jamais après 19 heures alors qu'il encadre une équipe. »

« MA FILLE EST DEVENUE MA PRIORITÉ »

Christine, 41 ans, responsable commerciale dans une PME, temps plein, maman célibataire d'un enfant de 5 ans.

« Pendant 15 ans, j'ai été intermittente du spectacle, j'étais régisseuse générale sur des longs métrages. C'était un métier passionnant, hyperprenant, je voyageais tout le temps, dans des pays lointains. J'étais célibataire, mais j'avais très envie d'un enfant. J'avais même lancé une procédure d'adoption. Je suis finalement tombée enceinte de mon ex, avec qui j'avais vécu en couple pendant sept ans. Il n'a pas voulu reconnaître le bébé. Ma fille est alors devenue ma priorité. J'ai dû changer de métier pour pouvoir m'occuper d'elle. »

La vérité sur l'horloge biologique

Le bon moment, au-delà de celui dont vous rêvez, ou planifiez par rapport à votre vie professionnelle, c'est surtout celui qui « vient ». Et cette « divine surprise » s'invite parfois à contre-courant de ce que vous imaginiez : trop tôt ou trop tard. Parfois hélas, mais heureusement rarement, jamais. Sans avoir essayé, impossible de savoir ou de maîtriser ce « quand »... La pression autour de l'horloge biologique est particulièrement forte. La trentaine franchie, impossible de consulter un gynécologue sans s'entendre inlassablement répéter le même discours culpabilisant : « Attention, n'attendez pas pour y aller, sinon, il sera trop tard. »

Au-delà de ce climat limite terrorisant, démêlons les fils de cette fameuse horloge biologique et tentons d'y voir clair.



Devenir mère et réussir sa vie professionnelle

Isabelle Fontaine

Plus d'infos sur ce livre à paraître
aux éditions Leduc.s