

Comment concilier vie professionnelle et vie privée au sein d'une famille

La conciliation vie professionnelle et vie privée est une thématique dont on entend de plus en plus souvent parler. Mais comment faire ? Quels sont les trucs et astuces, à quoi faut-il faire attention etc. Ces questions nous les avons posées à trois couples.

Un grand merci à eux d'avoir accepté de nous consacrer du temps dans leur emploi déjà chargé et merci aussi à Paola, David, Loris, Jaurès, Mathis, Alexis et Florent de nous avoir gentiment « prêté » leurs parents durant une soirée.



Moïra et Stéphane

Deux enfants de 9 ans et 6 ans

N'ayant pas de grands-parents pour les aider à garder leurs enfants, Moïra a arrêté pendant 5 ans de travailler pour s'occuper d'eux. Puis, elle a repris une activité professionnelle à 80% alors que parallèlement, Stéphane a baissé son temps de travail et a congé le mercredi. Elle a choisi délibérément de travailler le mercredi pour augmenter selon elle ses chances en tant que femme d'avoir un travail intéressant.



Nicole et Philippe

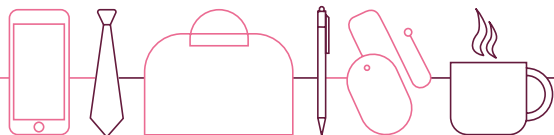
Trois enfants de 15, 16 et 17 ans

Souhaitant des enfants jeunes, Nicole a mis sa carrière entre parenthèses. Elle a même cessé complètement son activité professionnelle une année après l'arrivée de leur troisième enfant. Puis, elle a progressivement augmenté son pourcentage. Suite à un changement organisationnel dans son entreprise, Philippe a baissé son temps de travail à 80% et Nicole est passée à 80% également. Aujourd'hui, Nicole vient d'avoir une promotion et va débiter une nouvelle formation en cours d'emploi sur deux ans.

Stéphanie et Fabrice

Deux enfants de 4 ans et 2 ans

Ils ont passablement voyagé professionnellement et ont choisi de revenir proche de leurs familles respectives avant d'avoir des enfants. Stéphanie a changé de travail début 2016 et travaille à 80%. Fabrice consacre ses mercredis après-midis depuis août dernier pour s'occuper de leurs deux enfants bien qu'il ait un poste à responsabilité.



Comme ils le soulignent tous, être parent c'est une expérience qui est à la fois magnifique et très prenante. C'est aller vers l'inconnu, faire face et affronter les problèmes au jour le jour et demande beaucoup d'énergie. D'où l'importance de se ressourcer à une condition : ne pas culpabiliser de laisser ses enfants pour prendre du temps pour soi. Cette organisation est d'autant plus compliquée si l'on ne peut s'appuyer sur l'aide des grands-parents. Moïra et Stéphane n'avaient jamais imaginé les péripéties qu'ils allaient vivre. Quand il faut commencer à placer un enfant, qu'il faut gérer le fait qu'il soit malade, le confier à l'âge de 2 ans à une personne de la Croix Rouge que l'on ne connaît pas alors qu'il a la varicelle et 40 de fièvre ce n'est vraiment pas évident. Compte rendu d'une soirée riche...

Vers un temps de travail à la carte selon les besoins de vie...

Pouvoir travailler dans une entreprise qui laisse une certaine liberté dans les horaires ou de la souplesse dans les jours de travail, est un réel plus. Cela permet de pouvoir s'organiser au mieux et gérer la logistique familiale (maladies, imprévus, organisation avec son conjoint, etc.). C'est une réelle chance. Evidemment cette souplesse doit aller dans les deux sens. Il faut être prêt à travailler le weekend ou arranger aussi les horaires avec ses collègues de travail. C'est du donnant-donnant. Malheureusement ce n'est pas toujours possible et cela dépend beaucoup du management mis en place dans l'organisation où l'on travaille. Avoir un véritable dialogue employeur/employé serait génial. Du reste, selon Fabrice le discours chez les jeunes a beaucoup changé. Ils cherchent cette flexibilité et si elle n'est pas au rendez-vous ils quittent leur poste. L'enjeu pour les entreprises c'est de trouver de la main d'œuvre qualifiée et répondre aux besoins de ses employés. Elles vont donc devoir composer avec ce désir de flexibilité.

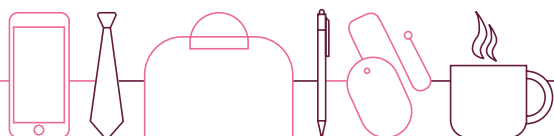
Dans l'idéal, avoir une activité professionnelle qui s'adapte aux exigences familiales est une plus-value. Par exemple ne plus avoir congé forcément un jour par semaine mais répartir son 80% sur toute la semaine pour être présent plus vite en fin de journée et gérer les activités extra scolaires, les devoirs, etc. car entre 18h00 et 20h00 c'est le rush, comme l'indique Moïra, quitte à continuer sa journée le soir en télétravail par exemple.

Fabrice relève que lorsque l'on change d'emploi ou que l'on entre dans la vie professionnelle, il faut vérifier avec l'employeur potentiel les possibilités qui sont offertes en termes de flexibilité. Or, il est rare selon lui que, lors d'un entretien d'embauche, les candidats lui posent des questions à ce sujet comme par exemple : qu'est-ce que l'on a comme liberté, est-ce que l'on doit faire systématiquement 10 heures supplémentaires en plus, est-ce que l'on timbre ou pas, si l'on doit partir à 17h ou au milieu de la journée pour s'occuper des enfants est-ce que c'est possible, pas possible, etc.

« Lors d'un entretien d'embauche, il est nécessaire de bien s'informer sur les conditions de travail et pas uniquement sur le salaire » Fabrice

Travail à temps partiel oui, mais attention au taux d'activité

Pour développer son parcours professionnel, il est nécessaire de conserver un pied dans le monde professionnel. Moïra a fait une pause de 5 ans et cela a rendu sa recherche d'emploi ensuite plus difficile. Pour Nicole, c'est l'augmentation de son pourcentage qui lui a permis d'avoir des responsabilités et son nouveau poste.



Il ne faut pas se leurrer, en dessous d'un 80% obtenir un financement pour une formation longue et certifiante ce n'est pas possible.

De la logistique, de l'organisation et de la confiance

La logistique et l'organisation sont les clés. Cependant, ce n'est pas forcément facile pour un parent au départ de s'organiser mais avec le temps ça vient. Stéphanie mentionne aussi qu'il est important pour les femmes de donner l'entière responsabilité aux hommes, de laisser de la place aux papas. Elle a des amies qui travaillent et qui, la veille, préparent les repas, font les petits sacs pour les enfants. Et là, c'est leur problème à elles, laisser de l'autonomie à leur compagnon pour gérer cette logistique. Or elles disent elles-mêmes ne pas arriver à lâcher. Ce sont des freins personnels. Il est indispensable de laisser de la place à l'autre et de lui faire confiance. Fabrice ajoute que cela va même plus loin, ce n'est pas qu'avec le mari c'est aussi avec les grands-parents, etc.

« *Proverbe africain : il faut tout un village pour élever un enfant* »
Stéphanie

départ de s'organiser mais avec le temps ça vient. Stéphanie mentionne aussi qu'il est important pour les femmes de donner l'entière responsabilité aux hommes, de laisser de la place aux papas. Elle a des amies qui travaillent et qui, la veille, préparent les repas, font les petits sacs

pour les enfants. Et là, c'est leur problème à elles, laisser de l'autonomie à leur compagnon pour gérer cette logistique. Or elles disent elles-mêmes ne pas arriver à lâcher. Ce sont des freins personnels. Il est indispensable de laisser de la place à l'autre et de lui faire confiance. Fabrice ajoute que cela va même plus loin, ce n'est pas qu'avec le mari c'est aussi avec les grands-parents, etc.

Casser les préjugés : « Ta femme, elle ne peut pas s'occuper des enfants ? »

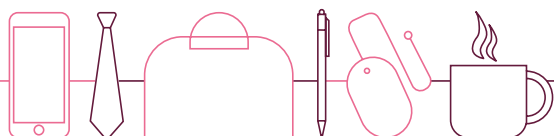
En tant qu'homme, lorsque qu'il a baissé son temps de travail, Stéphane a ressenti le poids des préjugés. Pendant une année il dit avoir entendu des remarques et bizarrement autant de la part d'hommes que de femmes. Dans le poste qu'il occupe actuellement, il n'est pas facile d'obtenir un poste à temps partiel. Selon son employeur, le fait d'accorder ce type d'emploi partiel est difficile à gérer du point de vue organisation de travail et en cas d'absence pour s'occuper des enfants durant les jours de travail planifiés, un problème de manque de personnel peut se poser parfois. Selon lui : « dans l'idéal, il faudrait que l'enfant soit malade lors de notre jour de congé, le mercredi ou le vendredi mais surtout pas le jeudi ! Donc oui on jongle ». Moïra, elle, a délibérément choisi de travailler le mercredi car justement c'est le jour des mamans. Elle pensait donc pouvoir trouver plus facilement un travail à temps partiel à 80% en proposant ses services le mercredi pour un métier plutôt féminin (tâches administratives et de secrétariat). Cette stratégie s'est avérée gagnante.

« *Je me suis fait beaucoup de copines avec le mercredi taxi. Mais la première fois que l'on affronte neuf mamans c'est rude ;-)* » Stéphane

Pouvoir compter sur ses parents, un réel luxe

Pour Fabrice, Stéphanie et lui ont énormément de chance parce qu'ils sont très entourés par leurs parents respectifs. Ils peuvent beaucoup s'appuyer sur eux. Les enfants vont deux jours chez les grands-parents et deux jours à la crèche. Fabrice a travaillé à 80% pendant une année et demie pour s'occuper tous les mardis de leur aîné. Et ensuite pour des raisons professionnelles il a dû augmenter son pourcentage. Et là comme le grand a commencé l'école cet automne, il s'occupe des enfants les mercredis après-midis.

« *Je remercie mon mari qui était très présent car moi j'étais loin un à deux soirs par semaine. Je passais beaucoup de temps dans le train* »
Stéphanie



Stéphanie indique que cela fait très longtemps qu'ils sont en couple puisqu'ils se connaissent depuis leur adolescence. Ils ont passé toute leur vie adulte ensemble et ont beaucoup bourlingué : Fribourg, Zurich, Luxembourg.

Stéphanie a aussi travaillé sur Genève et Lausanne et ils ont décidé de rentrer en Valais pour des raisons logistiques justement. Elle se déplaçait presque deux jours par semaine en Suisse Romande et à Zurich donc pour s'organiser ce n'était pas simple.

La formation c'est important et on peut en faire toute sa vie durant

Nicole et Philippe se connaissent depuis qu'ils avaient 20 ans et 27 ans. Comme il y avait ce décalage d'âge, ils ont décidé, quand Nicole a eu 25 ans, de fonder leur famille. Philippe voulait être un papa jeune. Ils ont eu trois garçons en un laps de temps de deux ans et demi. Du coup, leur temps de travail à tous les deux s'est adapté en fonction de leur vie de famille. Nicole est passée progressivement de 100% à 50% à l'arrivée de leur premier enfant puis une année sans travailler quand est arrivé leur troisième enfant. Elle a ensuite continué de travailler à 30%.

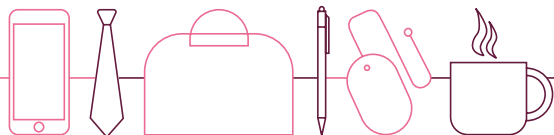
« On affronte les situations ou les problèmes au jour le jour, les uns après l'autre. » Philippe

d'âge, ils ont décidé, quand Nicole a eu 25 ans, de fonder leur famille. Philippe voulait être un papa jeune. Ils ont eu trois garçons en un laps de temps de deux ans et demi. Du coup, leur temps de travail à tous les deux s'est adapté en fonction de leur vie de famille. Nicole est passée

Comme elle est infirmière, en faisant des gardes de nuit et travaillant le weekend elle a pu être très présente à la maison. Quand leur dernier a eu 8 ans environ, Philippe a eu un changement de direction. C'était une période un peu floue ne sachant trop l'avenir de l'entreprise.

Du coup, ils ont décidé que tous les deux travailleraient à 80%. Philippe a dû faire un peu le forcing car c'est une petite entreprise familiale dans un secteur peu enclin aux temps partiel pour les hommes étant donné qu'il travaille dans le secteur des hydrocarbures. Mais au final, cela s'est très bien passé. Ce dernier changement a permis à Nicole de se former. Pour elle, ce n'est pas parce que l'on ne se forme pas tout de suite, que l'on a des enfants que la vie professionnelle est finie. On a d'autres opportunités et puis on peut toujours évoluer.

« Passer à 80% m'a permis de me former. J'ai fait un CAS sur une année et là je vais démarrer une formation en cours d'emploi sur deux ans »
Nicole



Un objet pour leur vie professionnelle et un autre pour leur vie privée

Il est aussi indispensable d'avoir une vie à côté des enfants. Et là, chacun a son truc perso : cela peut être le sport pour Stéphanie, le golf pour Fabrice, s'occuper d'autres enfants en tant que monitrice d'athlétisme pour Nicole ou encore aller voir des matchs de foot à Milan pour Philippe. Peu importe finalement, pourvu pouvoir se ressourcer. Nous leur avons demandé de prendre deux objets illustratifs de leur vie professionnelle et de leur vie privée :

Moïra :

Une **calculatrice** pour la gestion administrative des projets dont elle s'occupe.

Le **natel**, objet multitâche par excellence car c'est surtout l'agenda avec les trois-quatre couleurs qui regroupe l'agenda de tout le monde, qui travaille comment, quelle activité extrascolaire, quand etc. C'est aussi le téléphone de secours : ex. appeler la Croix Rouge quand ils sont malades, la possibilité de faire les courses en ligne, bref l'outil organisationnel par excellence.

Fabrice :

Une **balle de golf** car c'est le loisir qu'il adore même s'il doit faire des concessions aujourd'hui car il ne peut plus y accorder autant de temps depuis l'arrivée des enfants.

Une **bouteille d'alcool fort** provenant de l'entreprise qu'il dirige à 70%, le reste étant dévolu à des mandats touristiques.

Nicole :

Ses **baskets** synonymes de liberté. Elle est monitrice d'athlétisme et cela lui fait un bien fou parce qu'elle s'occupe d'autres enfants. Elle a d'autres responsabilités que celles liées au travail. Avoir une activité hors de la maison et hors du travail lui fait beaucoup de bien. C'est très valorisant.

Une **boîte de pansements** comme elle est infirmière.

Stéphane :

Le **téléphone** car beaucoup de choses se règlent au niveau professionnel via cet outil. Il reçoit entre 15 et 20 appels par jour.

La **clé de la voiture** car le mercredi son temps est dévolu à faire passablement le papa-taxi (médecin, sport, fêtes d'anniversaire, etc.).

Stéphanie :

Un **dessin illustratif** de personnes se tenant par la main pour représenter les ressources humaines car son travail consiste à faire des liens et trouver des solutions pour que les gens aient du plaisir au travail.

Pour les loisirs ses **baskets** car le sport est une bouffée d'oxygène, son moment à elle, un véritable exutoire.

Philippe :

Un **petit raccord** (conduite) qui permet de transporter du mazout car il travaille dans le monde des hydrocarbures.

Footballeur dans sa jeunesse et fan, il a pris son **abonnement pour l'AC Milan** car aller voir des matchs est un peu son exutoire. C'est un bon moment pour lui où il ne pense à plus rien. Et si ses garçons viennent avec lui et bien c'est une bonne journée qu'il a avec eux.

