

**Chine Lanzmann**, coach et formatrice, décrypte pour nous l'un des mille aléas de la vie professionnelle.

## Annoncer sa grossesse

**Emmanuelle, 33 ans, redoute les réactions de ses collègues**

**L**a jeune femme, ingénieure dans l'industrie automobile, travaille surtout avec des hommes. Elle est en poste depuis huit mois et tout juste opérationnelle au moment où elle découvre qu'elle est enceinte. « Ce qui est une bonne nouvelle pour moi n'en sera pas forcément une pour eux, craint-elle. Je sais qu'en mon absence ils auront davantage de travail, et ça m'ennuie. Il faudra former un remplaçant, reprendre mes projets en cours... Et puis, j'ai peur de moins progresser par la suite sous prétexte que j'ai un enfant. »

### Le décryptage

« L'annonce d'un congé maternité continue d'être problématique dans le monde professionnel. Même s'ils s'en réjouissent à titre individuel, les collaborateurs et la hiérarchie entrevoient tout de suite les problèmes organisationnels qui en découleront, et leur réaction est souvent ambivalente. Emmanuelle le sait et craint d'être celle qui fait s'effondrer le château de cartes. Sa culpabilité repose sur la croyance de tout devoir à l'entreprise et de manquer de professionnalisme en laissant sa vie privée avoir des répercussions sur son travail. Comme elle, beaucoup de femmes à des postes stratégiques redoutent les conséquences de la grossesse sur leur image et, de fait, sur leur carrière. Car si leur place est protégée par la loi, l'entreprise doit pallier leur absence. Avec le congé maternité, on se découvre remplaçable. De quoi être un peu fragilisée. »

### @ Réponses de coach

Vous vous posez des questions sur votre travail ? Des spécialistes y répondent dans la rubrique « Experts » sur [Psychologies.com](http://Psychologies.com)



### Les conseils

« **Reconnaissez la difficulté.** Votre employeur ne sera prêt à se réjouir qu'une fois sorti de son désarroi premier : que va-t-il se passer ? Quelles solutions trouver ? Gardez le "J'ai une bonne nouvelle" pour la famille et les amis, et mettez-vous à la place de celui à qui cela peut poser un problème : "Si cela crée des complications, je suis prête à les examiner avec vous." »

**Défendez vos droits.** La grossesse n'est pas un mauvais coup que vous faites à votre patron. Les reproches sont inacceptables, de même que le chantage (travailler pendant votre congé pour conserver votre poste). Tenez-vous-en à la légalité, et demandez-en autant à votre employeur.

**Luttez contre la culpabilité.** Si vous vous sentez malgré tout en faute, c'est le moment d'explorer votre relation au travail : quelles preuves croyez-vous devoir y faire ? Envers qui vous sentez-vous réellement coupable ? Pourquoi pensez-vous que le travail est plus important que la maternité ? Relativisez : ce n'est après tout qu'un congé de seize semaines<sup>1</sup>... Et savourez. »

PROPOS RECUEILLIS PAR LAURENCE LEMOINE ●

1. Durée minimale légale du congé maternité en France.

Chine Lanzmann est l'auteure, entre autres, de *Gagner sa vie en se faisant plaisir* (avec Laurent Edel, J'ai lu, 2007).