

LA JOIE DE SE RÉINVENTER !

DIRE AU REVOIR À UN JOB ENNUYEUX, OSER TOUT RECOMMENCER POUR REDONNER DU SENS À SA VIE : QUI N'Y A JAMAIS PENSÉ ? CES FEMMES, ELLES, ONT FRANCHI LE PAS AVEC BRIO. ELLES NOUS RACONTENT LEUR PARCOURS FAIT DE DOUTES, DE SUCCÈS, DE GALÈRES ET DE BEAUCOUP DE FIERTÉ. QUI POURRAIT NOUS INSPIRER...

PAR JULIA DION PHOTOGRAPHE JEAN-FRANÇOIS ROBERT

« **Cherche témoignages pour un sujet sur le changement de vie.** » Il aura suffi d'un post sur le réseau professionnel LinkedIn pour mesurer l'ampleur du phénomène. Bim ! Plus de sept cents vues et des dizaines de réponses en quelques jours. C'est Pierre-Marie, ancien rédacteur en chef adjoint d'un magazine devenu ébéniste, c'est Anne, ex-commerciale de la maison de disques Emi reconvertie en restauratrice, c'est Sophie, contrôleuse de gestion qui a ouvert son cabinet de sophrologie. Se réinventer ? Engouement de l'époque emmené par les 18-35 ans, ces fameux millennials rétifs à rester des années dans la même entreprise ? Conséquences de la crise économique et de la mutation numérique qui poussent des milliers de salariés à se former et à entamer une seconde vie professionnelle ? Un peu de tout cela à la fois selon Clara Delétraz, cofondatrice de Switch Collective, qui, en moins de deux ans, a accompagné 1 200 personnes – dont 70 % de femmes – à se reconvertir : « On aide des juristes, mais aussi des ingénieurs et des hôtesses de l'air. 65 % ont entre 28 et 40 ans. Ils nous parlent tous de manque de stimulation, de perte de sens, d'ennui, d'envie d'autonomie. Notre communauté représente 10 000 personnes qui assistent aux conférences sur le changement ou sont abonnées à notre newsletter. Selon une étude Gallup de 2013, 91 % des salariés français se sentent désengagés de leur travail, 65 % rêvent d'en changer. » La décision est parfois prise en quelques jours comme pour Anne, quadra parisienne

dynamique qui, du jour au lendemain, à la surprise de son entourage, a lâché son poste de directrice de la communication pour le même job, mais à Castres, en embarquant son mari et ses trois enfants. Elle peut aussi prendre des années, voire une vie. Geneviève, 65 ans, a attendu vingt-deux ans pour bifurquer de DRH de SOS Médecins à instructrice de méditation de pleine conscience. Enfin, pour certains, ce sursaut est parfois une question de survie : Olivia Moore, cadre supérieure dans les cosmétiques, a renoué avec sa passion du théâtre après un burn-out (lire p. 56). « Chaque parcours est le fruit d'un mélange très personnel entre son histoire, son éducation, ses peurs et la manière dont on les surmonte, analyse Marion de La Forest Divonne, auteure de "Réinventer sa vie professionnelle... quand on vient de la commencer" (éd. Eyrolles). Le point commun, c'est la quête de sens. Ce n'est pas un hasard si de plus en plus de diplômées se dirigent vers des métiers manuels ou vers des jobs dans lesquels la relation à l'humain, à l'autre, est centrale. Elles veulent se reconnecter à du concret, changer de rythme et faire des choses simples et utiles pour les autres. » Selon un sondage Odoxa dévoilé en juin 2017, la moitié des actifs a déjà changé de métier, et un tiers serait prêt à le faire. Nouveauté : juste derrière le numérique, c'est l'artisanat qui apparaît comme le secteur le plus porteur : 32 % des interrogés se disent tentés par une reconversion dans les métiers manuels, contre 57 % pour les professions du numérique. ○ ○ ○



**« CELA DEMANDE
BEAUCOUP
DE FORCE DE
CONVICTION »**

Johanna Lefebvre, 30 ans, ex-experte-comptable, a ouvert une pâtisserie vegan, Jo & Nana Cakes, 6, rue Rennequin, Paris-17^e.

« Depuis toute petite, la pâtisserie, c'était mon truc. Pour déguster des gâteaux, mais surtout pour les fabriquer ! Malheureusement, on m'a diagnostiqué une intolérance au gluten, au lactose et aux œufs. J'ai fait des études d'expertise-comptable et je suis partie pour l'Espagne où j'ai décroché un poste dans un cabinet d'audit. Quand je suis rentrée, en 2015, j'ai décidé de passer un CAP pâtisserie. Avec en tête de lancer ma marque de gâteaux vegan sans allergènes. Je me suis vite rendu compte que la réalité était moins glamour que l'émission "Top Chef" ! Je me suis retrouvée à 28 ans avec des gens plus jeunes qui avaient démarré à 15 ans. Sans compter les horaires harassants – 3 heures du matin, c'est très très tôt ! –, le machisme ambiant et la pénibilité physique – porter des sacs de farine de 25 kilos, c'est sport –, quelle claque ! Aller jusqu'au bout de sa passion, cela demande beaucoup d'efforts d'adaptation et de force de conviction ! Sur ma promotion, plus de la moitié a déjà abandonné. Sans parler de la pression de la famille, des amis qui considèrent cette reconversion comme un caprice de "celle qui ne veut pas travailler dans un bureau" alors même que j'ai lancé mon e-shop en janvier 2016, que je suis allée former des pâtisseries au Brésil dans un hôtel écoresponsable. Mais depuis que j'ai ouvert ma boutique, à la rentrée, on commence à me prendre au sérieux. »

DO

Trouver sa spécificité, sa marque de fabrique, son produit ou son service « niche ». Faire la différence.

DON'T

Écouter l'entourage ou les mauvaises langues qui ont peur pour vous. Seuls les avis positifs comptent !

○ ○ ○ **Dans tous les cas, changer demande un vrai effort, un travail sur soi, des sacrifices.** « La réalité du changement de vie est complexe et impacte des pans entiers de votre existence, conjoint, enfants, vie sociale, constate Alice Zagury, CEO de The Family, une pépinière de start-up. Quand tu fais ta révolution, tout est chamboulé, c'est la galère au début. » Sophie Vouteau, attachée de presse et éditrice, évoque ces désillusions dans le corrosif « Ma vie d'auto-entrepreneur, pas vraiment patron, complètement tâcheron » (éd. du Rocher) : « On nous vend l'idée que l'on pourrait avoir mille vies. Être à la fois autonome, gagner de l'argent tout en étant libre de ses horaires. C'est très tendance, le côté tout le monde en mode start-up et hop, on s'adapte, on rebondit de job en job comme par magie. C'est surtout une conception libérale, très individualiste de la vie. L'essor du numérique autorise des initiatives formidables, c'est vrai, on travaille n'importe où, n'importe quand, tout semble plus simple. Mais, au quotidien, ce n'est pas si facile si l'on n'est pas accompagné par un organisme, l'entreprise dans laquelle on est, ou si l'on n'est pas bien entouré, avec un filet de sécurité financier, affectif et logistique – quand on a des enfants. On se retrouve parfois tout seul, à la tête de son petit bateau, à devoir tout faire, tout maîtriser, de son site Internet à sa communication en passant par la relance de ses clients. Se réinventer, c'est

général, mais c'est surtout beaucoup de boulot et peu de reconnaissance. » Alors, parfois, certains choisissent de juste déplacer un peu le curseur. Changer d'état d'esprit, ajouter une corde à son arc, lancer une activité à côté de sa profession. Pas besoin de tout envoyer valdinguer pour élever des chèvres dans le Larzac ! « Il s'agit de faire le tri entre ce que l'on aime faire et ce que l'on n'a plus envie de faire, assure Clara Delétraz. De quel environnement a-t-on besoin ? De quel rythme de travail ? Qu'est-ce qui nous motive ? Afin de réinjecter un peu de rêve, de folie, de sens dans ce que l'on accomplit. » On peut aussi décider de revenir à la case départ, mais transformée. Béatrice, 45 ans, s'est offert cette parenthèse en lâchant un job dans le marketing pour se former au yoga à Miami et l'enseigner en France, avant de revenir, deux ans plus tard, au marketing, autrement et ailleurs. Elle a choisi de promouvoir la marque Nuxe à Dubai. « J'avais besoin d'aller jusqu'au bout de ma passion pour savoir qui j'étais. Après ce break, j'ai voulu retrouver l'adrénaline d'une boîte, l'émulation du travail en équipe et un certain confort de vie. Mes décisions sont toujours un mélange de réflexion et d'inconscience. Ma force est de savoir de quoi j'ai vraiment besoin à un instant T. Et de foncer ! »

Mieux se connaître et réinventer son rapport à soi en cessant de se comparer ? Et si c'était cela, la clé ? Christophe Fauré, psychiatre et psychothérapeute, auteur de « S'aimer enfin ! Un chemin initiatique pour retrouver l'essentiel » (éd. Albin Michel, en librairie le 31 janvier), en est persuadé : « Cela prend du temps d'être aligné avec ses valeurs, avec ce que l'on est. Si on a l'impression de ne plus être à sa place, en tant que parent, conjoint ou au bureau, il faut s'écouter. Le sens, c'est à la fois la direction et la signification que l'on donne à sa vie. Quel est mon apport au monde ? Qu'est-ce qui me remplit, me rend heureux ? Répondre à ces questions fondamentales suppose d'apprendre à se connaître, sans lorgner des trajectoires apparemment exemplaires des uns et des autres mais qui ne nous correspondent pas. Sans se forcer à devenir quelqu'un d'autre et en restant patient et lucide. On ne peut pas trouver une réponse à nos envies de changements dans la seconde ! Soyons moins exigeants, moins intransigeants avec nous-mêmes. » Pour se réinventer en douceur, à son rythme.

DO

Partir si possible en bons termes avec son employeur et dans les meilleures conditions financières.

DON'T

Se décourager, même si le projet démarre mollement. Se laisser du temps – tout en se donnant une deadline réaliste avant de se verser un salaire.

« UNE QUESTION DE SURVIE »

Olivia Moore, 42 ans, ancienne cadre supérieure dans les cosmétiques, aujourd'hui humoriste.

« J'ai étudié le droit social à Assas, car c'était ce qui me fermait le moins de portes. Ma passion pour le théâtre date du collège. J'ai toujours su que j'étais à ma place sur scène, mais je n'en ai pas fait mon métier car j'ai été élevée avec l'idée qu'il fallait gagner sa vie. Pendant treize ans, j'ai donc bossé au service marketing d'une grosse boîte de cosmétiques. En parallèle, je continuais à chanter, à danser en amateur, j'ai même dirigé une école de musique. J'ai eu trois enfants. Au retour de mon dernier congé maternité, le déclic s'est produit. J'ai fait un burn-out, je ne pouvais plus physiquement travailler comme avant. J'ai inversé mes priorités : j'ai décidé de me lancer en écrivant mon premier spectacle, "Mère indigne". Le démarrage a été difficile, les salles étaient à moitié vides. Je reconnais quelques sacrifices côté vie sociale et affective : je vis en décalé, fini les dîners entre copains le week-end, et je me suis séparée, il y a un an. Mais mes enfants sont heureux de me voir de bonne humeur. Je fête la septième année de ma nouvelle vie et je n'ai aucun regret. J'aime bien ce que dit Frédéric Lenoir dans son ouvrage "La Puissance de la joie" (éd. Fayard) : "Le critère essentiel pour faire un choix, c'est la joie que cela vous inspire." Si je n'avais pas fait cette sortie de route, je pédalerais peut-être toujours dans ma roue, sans conviction ni joie. C'était une question de survie. »





JEAN-FRANÇOIS ROBERT

« PLUS RIEN NE ME FAIT PEUR »

Natacha et Alexandra Zambrowski, 30 et 35 ans, ont abandonné le marketing et le métier d'avocat pour relancer la marque de peluches haut de gamme de leur grand-mère, La Pelucherie.

Natacha : « La Pelucherie, c'était mon rêve de la relancer. Notre grand-mère avait vendu son magasin de la Galerie 84 des Champs-Élysées en 1995. Quand Alexandra a embarqué dans l'aventure, ça m'a fait pousser des ailes. Je me suis fait omettre du barreau. On a exécuté un travail de fourmi en contactant les fournisseurs, en exhumant les modèles, tout a été fabriqué en Italie. Ce qui m'angoissait le plus, c'était de lâcher mon boulot dans un cabinet d'avocats sans filet, sans indemnités de chômage, sans rien. Au début, ça a créé des frictions avec mon mari. On s'est beaucoup engueulés, mais on ne s'est jamais lâchés. Aujourd'hui, je suis hyper fière du chemin parcouru, même si on ne se rémunère pas encore. On a eu l'honneur de faire la vitrine de Noël de Colette en décembre 2016, le 213, rue Saint-Honoré rien que pour nous, ça a balayé nos doutes ! »

Alexandra : « Depuis ma sortie de l'EM Lyon, j'ai envie d'entreprendre. Chaque fois que je voyais ma sœur Natacha, je lui confiais toutes mes idées de boîtes et elle ne me parlait que des peluches de notre grand-mère ! Et, en 2015, je lui ai dit : "On se lance ?" Cela faisait dix ans que je bossais dans le marketing, je venais d'avoir mon premier enfant, c'était le moment. On a découvert qu'on était capables de se débrouiller avec les moyens du bord ! C'est mon mari ingénieur qui a créé le site de vente en ligne des peluches, c'est un copain qui a dessiné le logo. Aujourd'hui encore, nos parents nous disent : "On vous a payé des études pour ça ?", mais c'est plutôt sur le mode de la plaisanterie, car ils nous ont laissé envahir leur appartement avec notre stock de peluches. Cette aventure m'a changée, j'ose plus de choses – j'ai même débarqué au Bon Marché pour montrer mes peluches à la vendeuse car la responsable des achats ne me répondait pas ! Maintenant, plus rien ne me fait peur. » ■

DO

Savoir pourquoi on fait les choses et travailler son storytelling – la genèse de son projet. C'est ainsi que vous convaincrez vos fournisseurs et vos clients.

DON'T

Investir beaucoup d'argent. Mieux vaut tester son idée avec les moyens du bord en sollicitant l'aide de ses amis, de ses parents...

ET SI TOUT COMMENÇAIT AU FORUM « ELLE » ACTIVE ?

En 2018, ne ratez pas le Forum ELLE Active Paris, en partenariat avec L'Oréal Paris, qui se tiendra au CESE, les 6 et 7 avril. Le fil rouge de cette septième édition ? Se réinventer au travail ! Comme chaque année, le Forum ELLE Active ira également à la rencontre des lectrices dans plusieurs villes de France : Toulouse le 12 juin, Lyon le 11 octobre, Nice en décembre. Nouveauté depuis 2017, ELLE Active se décline désormais en Conférences ELLE Active : une journée de débats, témoignages et interviews pour vous donner les clés de la réussite au travail. Montpellier, Marseille et Bordeaux sont au programme de cette année. Et pour se réinventer au quotidien, ELLE Active développe des podcasts, réalisés avec AXA France : négociation salariale, prise de parole, conciliation... de nombreuses thématiques sont abordées dans ces épisodes de coaching à écouter partout. **Lou Bès**

Inscriptions aux Forums ELLE Active et aux Conférences ELLE Active sur elleactive.elle.fr

Podcasts disponibles via elle.fr et l'application ELLE.