

TRANSITION & REBOND(S)

Le petit interview p.4
L'interview de soi par soi
Barbara Liano s'est prêtée au jeu du je

Zebra or not Zebra p.8
Découvrez les secrets des HPI en entreprise

De la résilience au rebond p.11
Un témoignage de Nadège Ramanitriaina

Témoignage de 60 000 rebonds p.16
L'association 60 000 rebonds répond
à nos questions

Zoom lecture de l'été p.21
L'affaire Rambla ou le fantôme de Ranucci

Agir et

Rebondir

#2 Juillet 2022

Des femmes, des zèbres et des initiatives

Bonjour

et bienvenue

Il est amusant de voir comment on peut passer d'un extrême à l'autre sur un sujet sans pour autant en aborder le fond tel qu'il le mériterait.

Par exemple, pendant des décennies, les femmes ont eu une place à la périphérie des postes de pouvoir que ce soit dans le monde politique ou professionnel.

Néanmoins, nous n'avons jamais autant légiféré depuis ces dernières décennies pour rétablir la parité dans l'attribution des postes.

Or, force est de constater que cette attribution est très homéopathique.

En réalité, les femmes n'accèdent pas aisément aux instances de pouvoir. Quand elles peuvent y accéder, elles se sentent contraintes de devoir nier leur féminité.

Qu'est-ce qui limite encore l'accès des femmes au pouvoir de nos jours ?

Y a-t-il un lien indéfectible entre "LE POUVOIR" et "LA MASCULINITÉ" ?

La complexité de la relation du pouvoir avec la représentation de la masculinité est un sujet toujours d'une actualité criante.

Pour autant la question est plus large que ce débat. Il s'agit pour la société et les organisations du travail de ne pas se priver de la richesse que peuvent nous apporter les différences. L'enjeu, pour ces prochaines années, est de mettre un peu plus de systémie intégrative dans nos manières de penser, d'agir et tout simplement dans nos vies.

Avec ce second numéro de Transition et Rebonds, "*des femmes, des zèbres et des initiatives*", je mets le cap vers de nouveaux témoignages de femmes qui se sont appuyées sur leur capacité à voir au-delà du connu et à capitaliser sur leurs talents pour mieux rebondir. Vous découvrirez également comment l'association "60 000 rebonds" oeuvre pour la résilience de chefs d'entreprise qui se sentent perdus après la faillite de leur entreprise et la perte de leur pouvoir.

La solidarité, la bienveillance, l'individualité... Des valeurs que nous partageons avec Barbara, Nadège, Anne-Charlotte, et Jean-Marc, qui nous font l'honneur de se livrer dans ce numéro.

Laurent Aussibal

DE LA RÉSILIENCE AU REBOND

TÉMOIGNAGE D'UNE CHEFFE D'ENTREPRISE



Nadège Ramanitriniaina
Sophrologue

Nadège RAMANITRINIAINA, 56 ans, est née et a vécu à Madagascar jusqu'à l'âge de 30 ans. Elle est titulaire d'une licence en droit général. Très discrète au sujet des conditions dans lesquelles les études peuvent se faire à « Mada », elle fait preuve d'une grande humilité, en pensant aux autres étudiants malgaches qui ont poursuivi bien au-delà d'une licence.

Ses études terminées, Nadège se lance sur le marché du travail.

Pourtant, trouver un travail à Madagascar relève d'une vraie gageure.

C'est au sein d'une agence de voyage qu'elle se forge, durant 3 ans, ses premières expériences professionnelles avant de décider de venir en France.

En France, elle s'investit dans une formation d'Assistante de Direction, ce qui deviendra son sésame pour accéder à un premier poste de Directrice adjointe d'une résidence de personnes âgées.

POST-IT

Madagascar a l'un des taux d'accès à l'université les plus faibles du monde : moins de 5 % des jeunes de 18 ans à 25 ans font des études supérieures et 60 % des étudiants échouent dès la première année. Avec le logement, la nourriture, les frais d'université, on estime qu'il faut au minimum entre 200 000 et 300 000 ariarys par mois [de 50 euros à 75 euros] pour vivre dans ce pays où, selon la Banque mondiale, près de 75 % de la population vit avec moins de 2 euros par jour et où le salaire minimum culmine à 50 euros par mois.

Le taux d'emploi à Madagascar est très faible (3% à 4%) pour les jeunes issus des agglomérations et 1,5% sur tout le territoire).

Autant dire que le taux de chômage y est encore élevé (80%).

Nadège, vous aviez 30 ans quand vous avez quitté Madagascar pour venir en France. Qu'est ce qui vous a conduit à faire ce choix ?

J'ai été élevée dans un esprit très francophile. Mon père, à l'époque, travaillait pour la compagnie aérienne malgache. Nous avions l'habitude de voyager et d'aller en France. J'ai certainement pris le goût du voyage et des horizons lointains à cette occasion. Maman quant à elle, était Assistante de Direction dans une compagnie française, certainement que là encore j'ai puisé l'envie de travailler en France.

Vous avez rapidement pu intégrer le marché de l'emploi français, en tant que salariée, grâce à votre détermination et vos formations. A partir de quand avez-vous franchi le pas de l'entrepreneuriat ?

En 2005, une occasion s'est présentée à moi de gérer en couple (avec mon mari) une station service sous franchise. J'ai tenu avec mon mari cette cogérance durant 12 ans. En 2017, mon mari a été contraint de sortir de la co-gérance. Effectivement notre franchiseur nous a imposé une modification contractuelle intenable et très impactante pour la rentabilité de notre affaire. Il a donc fallu que mon mari quitte la cogérance pour reprendre une activité professionnelle salariée. Il s'est donc réorienté vers son métier initial, Responsable de maintenance en boulangerie industrielle. Cette réorientation nous a conduits à devoir vivre séparément, mon mari ayant dû partir dans une autre Région pour occuper ce poste. Ce fut dur pour nous deux.

Quant à moi, je suis restée gérante majoritaire de la station, deux années supplémentaires. Il s'agissait pour moi de ne pas perturber mes enfants et leurs études, en partant rejoindre mon mari.

En parallèle, j'occupais une place d'attachée consulaire, au consulat de Madagascar de Moulins, tout me semblait parfait, car professionnellement, je me sentais comblée, mes

valeurs étaient «nourries» et avec mon mari nous avons trouvé un équilibre de fonctionnement.

En 2018, le franchiseur a décidé de remettre un coup de tournevis dans les clauses du contrat. Les nouvelles conditions étaient devenues encore plus pénalisantes. Cette fois l'entreprise, que nous avons créée avec mon mari a été menacée.

Comment avez-vous pu faire face à ce nouvel assaut ?

Justement je n'ai pu faire face. Il m'a fallu batailler pour tenter de me faire entendre du franchiseur, pour solliciter une révision de ces clauses qui m'étranglaient. Mais ce combat a été vain, le franchiseur n'a pas cessé de faire peser sur le contrat, de nouvelles charges de plus en plus importantes, sans donner de suite à mes demandes.

La situation, et la pression ont eu raison de ma santé et de mes capacités professionnelles. Je suis tombée en Burn-out.

Quels ont été pour vous les signes de cet état ?

Je ne savais pas ce que c'était, un jour, j'étais derrière ma caisse, je ne me sentais pas bien, je suis partie à la pharmacie mais je n'ai pas pu conduire. Je suis rentrée avec un fort épuisement chez moi. Le lendemain, cette fatigue était toujours présente, je n'arrivais plus à voir correctement. Ma tension, les jours suivants, n'a cessé d'augmenter au point que j'ai dû être hospitalisée durant 3 jours. Malgré un diagnostic ne révélant rien, je me sentais toujours de plus en plus mal, épuisée, vidée de mon énergie. Compte tenu de cet état, je m'en suis remise à un psychologue, qui a caractérisé ces maux comme relevant d'un état de burn-out.

Toutefois, j'ai réussi, tant bien que mal, à tenir pendant 6 mois, ne sachant pas exactement ce que j'avais. Le burn-out est quelque chose de très insidieux parfois un peu galvaudé, on se sent seule face à ce que l'on ressent, sans

Le burn-out est quelque chose de très insidieux parfois un peu galvaudé, on se sent seule face à ce que l'on ressent, sans réelles traces médicales et donc on a le sentiment de se battre toute seule avec quelque chose qui nous consume de l'intérieur, nous vide de toute énergie et envie, joie.... Il n'y a plus rien, plus goût à rien, ça fait peur ne sachant pas ce que l'on a on s'imagine le pire.

réelles traces médicales et donc, on a le sentiment de se battre toute seule avec quelque chose qui nous consume de l'intérieur, nous vide de toute énergie, et envie, joie.... Il n'y a plus rien, plus goût à rien, ça fait peur, ne sachant pas ce que l'on a, on s'imagine le pire.

Comment les événements ont-ils évolué depuis votre burn-out, pour vous ?

Le malheur n'arrivant jamais seul, en juin 2019, il y a eu une énorme sécheresse dans le centre de la France, là où je suis. Et par mesure de précaution, la préfecture avait émis un arrêté interdisant aux professionnels l'utilisation de l'eau. Cela a été le coup de grâce pour l'entreprise. Avec 3 mois d'arrêt complet de la station de lavage, qui faisait le gros du chiffre d'affaires, le maintien de l'activité n'était plus possible. Qui plus est, le franchiseur sans scrupule continuait de percevoir les redevances énormes liées à cette activité. Et pour couvrir le tout, au mois de juillet, le Consul m'a annoncé, que le ministère des affaires étrangères, avait décidé de fermer tous les consulats Malgaches à travers le monde, sans aucune explication de la part du gouvernement malgache. A un mois d'intervalle, j'ai dû faire une liquidation judiciaire de mon entreprise, et j'ai perdu également mon emploi d'attachée consulaire qui me plaisait tant. Je n'avais plus de force, je venais de tout perdre, j'ai résisté tant bien que mal, malgré mon état de burnout, pour maintenir mon entreprise. Il n'y a pas de choix pour un chef d'entreprise, et encore plus pour une maman qui a des obligations, que de faire en sorte de tout faire pour sauver son gagne pain et limiter le plus possible les impacts pour ses salariés.

Bien évidemment, j'ai abordé la situation avec sidération. On ne sait pas réagir dans ce cas-là, on subit.

Une telle période étant très difficile, et impactante personnellement, vous avez sollicité les services d'une association dédiée à l'accompagnement des chefs d'entreprise qui ont perdu leur entreprise,

pour vous aider. En quoi cette association vous a été d'une grande aide ?

Avec l'énergie du désespoir, j'ai contacté l'association 60 000 rebonds qui m'a accueillie et prise en charge pour aborder ma reconstruction.

L'association a été pour moi une véritable bouée de sauvetage, j'étais une personne à la dérive, qui en une semaine avait tout perdu, j'avais tout perdu, et surtout l'estime de moi. Le burn out et la perte de mon entreprise, m'ont donné l'impression de devenir invisible, inaudible ...

L'association m'a aidée à redéfinir un projet professionnel qu'il soit salarié ou non. Elle m'a proposée un accompagnement, mixant des rencontres entre chefs d'entreprise, coaching individuel et de groupe, proposition d'offres d'emploi. C'est tout un travail de fond qui

L'association a été pour moi une vraie bouée de sauvetage, j'étais une personne à la dérive, qui en une semaine avait tout perdu, j'avais tout perdu, mais surtout « l'estime de moi ». Le burn out et la perte de mon entreprise, m'ont donné l'impression de devenir invisible, inaudible ... C'est tout un travail de fond qui accompagne les chefs d'entreprise ayant perdu leur entreprise à faire le deuil de la situation et à se reconstruire.

accompagne les chefs d'entreprise ayant perdu leur entreprise, pour faire le deuil de la situation et pour se reconstruire.

Au bout de quatre mois, grâce à 60 000 rebonds, j'ai retrouvé de

l'énergie.

La bienveillance de tous les intervenants de cette association a été une vraie ressource pour retrouver confiance dans mes capacités à réaborder le monde du travail.

J'ai retrouvé très rapidement un emploi en tant qu'assistante d'agence, mais cela ne s'est pas bien passé, je ne me sentais pas à ma place, je ne me sentais à ma place nulle part, d'ailleurs, alors au bout de 5 mois on ne m'a pas gardée. Les impacts du burnout et les conséquences liées à la perte de mon entreprise n'étaient pas encore guéris. Je mesurais que perdre son entreprise était, pour un chef d'entreprise, une situation de déchirement psychologique, de dévalorisation, de deuil. Vu de l'extérieur, peu de personnes en sont toujours conscientes.

Suite à cette situation, 60 000 rebonds m'a réintégrée dans un accompagnement avec la reprise de séances de coaching.



Grâce à ces séances très bénéfiques, et à des consultations en sophrologie, j'ai pu, finalement, passer cette phase de deuil, remonter à la surface, me retrouver et retrouver l'estime de moi. Il aura fallu deux années pour me reconstruire. Je ne pensais pas qu'il fallait autant de temps.

Et finalement, en lieu et place d'un projet de créer une entreprise d'exportation de miel rare de Madagascar, que je devais bâtir avec mon parrain de 60 000 rebonds, j'ai fait le choix de passer une certification pour devenir sophrologue.

Faut dire que le contexte de la période de reconstruction a été aussi frappée par le contexte sanitaire qui a touché le monde entier et a compromis ce premier projet d'entreprise d'exportation. Ce fut pour moi le déclencheur pour faire le choix déterminant de m'orienter vers un projet différent plus en résonance avec mes valeurs et mes intentions.

Quel regard portez-vous sur votre rebond aujourd'hui ?

Ma vie n'avait plus de sens. Maintenant, j'ai donné du sens à ma vie. Je suis en parfaite adéquation avec mes vraies valeurs. J'ai retrouvé ma place ! Mes priorités professionnelles ont changé, elles sont dorénavant tournées vers l'humain. En changeant de paradigme, j'ai retrouvé les valeurs qui m'animaient dans les discussions avec des amies, quand j'étais jeune et que nous voulions changer le monde avec nos visions humanistes.

Je porte un regard bienveillant sur cette période de transition. J'ai conscience d'avoir eu

beaucoup de chance, j'ai été accueillie sans jugement. J'ai pu me former à un métier qui me porte désormais en pleine conscience et me permet de me « ré-habiter » pleinement.

Nous voilà au terme de notre entretien, quel message souhaitez-vous laisser aux lecteurs ?

La transition est vraiment un processus psychologique long, qui demande un investissement de soi pour soi afin d'atteindre ses nouveaux objectifs, sa nouvelle situation désirée.

Ainsi, j'aimerais attirer l'attention des chefs d'entreprise qui peuvent rencontrer une situation similaire à celle que j'ai vécue afin qu'ils puissent ne pas se juger durement, ni se déprécier.

Ne jamais baisser les bras même si c'est très dur, c'est un combat, mais au bout tout finit par payer positivement. Le reste n'est que la vie d'une entreprise pour laquelle ça ne vaut pas la peine de perdre la sienne. Il y a tant de choses possibles encore après et une force nouvelle qui nous porte...

