LEX *I*

Tu veux gagner plus d'argent, *mais tu n'as pas une minute à consacrer à ton ambition*

Ce temps est déjà dans ta journée. Il se reprend dès cette semaine.



Befoune

Coach en Structure décisionnelle et en Leadership. Je construis, avec les femmes leaders et les entrepreneures, la structure qui leur permet d'exceller dans leur travail sans que leur famille ou leur équilibre personnel n'en paient le prix.

J'ai passé une décennie dans des organisations internationales, dont l'UNFPA, l'Union africaine et OSF, et je suis alumna du programme CLIMB de Harvard Business School. J'applique aujourd'hui les logiques de pilotage de ces environnements exigeants à ce qui est souvent la chose la plus mal pilotée : la vie d'une femme qui porte tout.

POURQUOI JE PARLE DE LA MAISON

Longtemps, j'ai pensé que la maison n'était pas mon sujet, et que je devais m'en tenir au travail.

Mais presque toutes les femmes qui viennent me voir, bloquées dans leur projet, leur entreprise ou leur carrière, ont le même problème : la surcharge mentale et le manque de temps. Et ce n'est pas le travail qui les écrase. C'est ce qu'elles portent à la maison.

Je suis une femme moi aussi. J'ai compris qu'on ne peut pas travailler sur la carrière d'une femme en laissant de côté ce qui l'attend quand elle rentre. Les deux puisent dans la même réserve.

C'est pour cela que ce document commence par la maison.

Ce document parle d'une seule chose : le temps qui te manque pour développer ton entreprise ou évoluer dans ta carrière, et gagner davantage. Ce temps existe, mais il est absorbé chaque jour par la façon dont ton quotidien fonctionne. Tant que ce fonctionnement reste le même, aucun agenda, aucune application et aucun réveil plus matinal ne te le rendront. C'est donc par ton quotidien que tout commence.

—

5h30

Tu te lèves avant tout le monde. Avant d'avoir ouvert ton ordinateur, tu as déjà vérifié que le goûter est dans le sac, rappelé à la nounou que le petit a une sortie, répondu dans le groupe WhatsApp de la classe, décidé de ce qu'on mangera ce soir, envoyé l'argent pour le marché et noté quelque part qu'il faut rappeler ta tante pour la cérémonie de samedi.

À 8h, en arrivant au bureau, tu as l'impression de commencer ta journée. **Tu as déjà travaillé deux heures.**

Rien de tout cela ne figure dans ton agenda. Rien de tout cela ne sera compté. Et le soir, quand on te demande comment tu vas, tu réponds ce que répondent presque toutes les femmes que j'accompagne : « Je gère. » Ou : « Je tiens. » Ou encore : « Je fais comme je peux. »

Ce sont des mots de survie. Ce ne sont pas des mots de quelqu'un qui dirige sa vie.

Ce que tu fais sans le compter

Il y a d'abord tout ce que tu ne considères pas comme des tâches, parce que tu les fais depuis toujours et que personne d'autre ne les voit.

Surveiller le compteur avant qu'il ne coupe. Penser à la scolarité avant la date limite. Relancer la ménagère sur ce qui n'a pas été fait. Garder en tête le rendez-vous chez le pédiatre, l'anniversaire de la belle-sœur, les devoirs du soir, la liste des courses, la contribution pour les funérailles du week-end. Répondre aux messages de la famille, un par un, au moment où ils arrivent.

Prises une à une, aucune de ces choses n'est lourde. C'est leur accumulation qui l'est. Elles ne prennent pas seulement du temps, elles occupent l'esprit en permanence, comme des onglets restés ouverts. Paula, qui a suivi Le Cercle, m'a dit un jour que ce qu'elle voulait le plus, c'était un moment le matin « sans courir dans ses pensées ». Elle ne demandait pas des heures libres. Elle demandait qu'on éteigne le bruit de fond.

« Sans courir dans ses pensées. »

Ce que tu décides sans le voir

Ensuite, il y a les décisions. Tu en prends des dizaines par jour, mais tu ne les vois pas comme des décisions, parce qu'elles se prennent en courant.

Qui récupère les enfants si la réunion déborde. Si tu acceptes ou non ce rendez-vous à 17h. Si tu réponds maintenant ou plus tard. Si tu vas à la cérémonie ou si tu envoies une contribution. Si tu dis oui à la cousine qui a besoin d'un coup de main. Si ce soir, tu travailles sur ton projet ou si tu dors.

Aucune de ces questions n'est tranchée une fois pour toutes. Elles reviennent la semaine suivante, sous la même forme, et tu les retranches à nouveau, avec l'énergie qu'il te reste. Les femmes que j'accompagne décrivent toutes ce fonctionnement avec les mêmes mots : « au jour le jour », « au fil de l'eau », « au feeling ». Ce n'est pas un manque de rigueur. Au travail, elles sont précises, organisées, fiables. Beaucoup me posent d'ailleurs la même question :

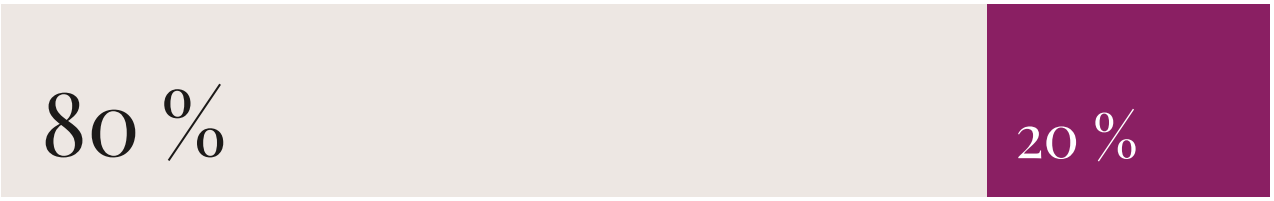
« Je structure le travail des autres avec précision. Pourquoi ma propre vie ressemble-t-elle à une gestion de crise permanente ? »

Ce qui attend

Et puis il y a ce qui n'a jamais sa place. Le projet. La formation. L'activité que tu veux lancer, le poste que tu vises, le revenu que tu sais pouvoir atteindre.

Ce projet n'est pas abandonné. Il attend. Il attend que les enfants soient plus grands, que la maison soit organisée, que ton conjoint soit convaincu, que la période soit plus calme. « *Je le ferai quand j'aurai le temps.* » Ce temps n'arrive jamais, parce que tout ce qui précède a quelqu'un pour le réclamer, et que ton projet n'a que toi.

Chez Paula, nous avons mesuré la répartition de son énergie mentale : 80 % pour les enfants et la maison, 20 % pour le projet qu'elle portait depuis des années. Elle ne manquait ni d'ambition ni de compétence. Son projet n'avait simplement aucune place réservée dans sa semaine.



LES ENFANTS ET LA MAISON — LE PROJET

Pourquoi ça ne s'arrête jamais

Tu as sans doute déjà essayé de t'organiser mieux. Une nouvelle application, un agenda plus rempli, des réveils plus tôt. Ça tient deux semaines, puis la vie reprend le dessus.

Ça ne tient pas parce que le problème n'est pas l'organisation. Quand rien n'est décidé à l'avance, ce sont les urgences qui décident à ta place. Et les urgences choisissent toujours ce qui fait du bruit, jamais ce qui compte pour toi. Tant que les tâches invisibles ne sont pas nommées, tant que les décisions quotidiennes se reprennent chaque semaine, tant que ton projet attend une permission, tu peux travailler plus vite, dormir moins, faire plus d'efforts : le résultat sera le même.

Ce qu'il te faut, c'est une structure. Pas une structure rigide qui t'enferme, mais un cadre qui tient même quand la semaine déraille. Des décisions prises une fois, pour ne plus avoir à les reprendre. Des choses posées ailleurs que dans ta tête. Une place dans ta semaine qui appartient à ton projet et que personne ne peut déplacer, même pas toi.

Paula, à qui l'on demandait ce qu'elle dirait à une autre qui hésite, a résumé cela en quatre mots :

« Tu as besoin de méthode. »

Ce qui change quand ta vie a une structure

La crainte la plus fréquente, avant de commencer, c'est de perdre sa liberté. Paula l'a formulé très simplement : on a peur de structurer parce qu'on a peur d'être enfermée. Ce qui se passe est l'inverse.

Le bruit de fond baisse. Ce qui tournait dans ta tête est posé ailleurs : dans une règle, une répartition, un planning que tout le monde connaît. Paula voulait un matin « sans courir dans ses pensées ». Elle l'a obtenu. Le samedi, elle prend désormais trente minutes à une heure, seule avec son café. Ce n'est pas un luxe. C'est la première fois depuis longtemps que son esprit se repose vraiment.

Tu ne redécides plus. La négociation du dimanche soir disparaît, parce que la question a été tranchée une fois. Ta famille sait ce qui est prévu. Quand tu dis non, tu n'as plus besoin de te justifier, parce que ce n'est pas ton humeur qui refuse, c'est une règle que tu as posée.

Ton projet avance, parce qu'il a une place. Même modeste, une plage fixe chaque semaine change tout, parce que le travail s'accumule au lieu de recommencer. Paula a identifié les personnes clés pour son projet, et elle ne les appelle plus sans préparation. Elle prend rendez-vous, prépare ses questions, avance étape par étape.

Tu arrêtes de gaspiller. Quand tes décisions reposent sur une direction claire, tu cesses de lancer ce qui ne mène nulle part. Elle a par exemple repoussé un voyage qu'elle s'apprêtait à faire « au feeling », et posé les premiers jalons de son projet là où elle vivait déjà. Elle a économisé du temps, de l'énergie et le prix des billets.

Tu délègues vraiment. Avoir de l'aide ne libère pas de temps tant que tu continues à tout penser, tout vérifier, tout relancer. Déléguer, ce n'est pas confier une tâche, c'est confier une responsabilité, avec des règles claires qui n'ont plus besoin de toi. Dix heures rendues chaque semaine, c'est plus de quatre cents heures par an à investir dans ce qui te fait gagner davantage.

Le temps que tu reprends va enfin au bon endroit. Il ne s'agit presque jamais de travailler plus d'heures. Il s'agit que les heures que tu as déjà aillent vers ce qui te fait évoluer et gagner davantage : le projet, le positionnement, l'offre, le poste suivant.

Rien de tout cela ne transforme une vie en quelques jours. Ce que les femmes du Cercle décrivent d'abord, c'est moins de confusion, plus de clarté, et la confiance qui revient. Le reste se construit sur cette base.

Ta journée réelle

Une seule journée ordinaire suffit pour voir ce que tu portes. Hier, par exemple.

CE QUE J'AI FAIT SANS LE COMPTER

CE QUE J'AI DÉCIDÉ EN COURANT, ET QUI REVIENDRA LA SEMAINE PROCHAINE

CE QUI ATTEND, ET DEPUIS COMBIEN DE TEMPS

La plupart des femmes qui font cet exercice sont surprises moins par la longueur de la première liste que par la troisième. Ce qui attend est souvent ce qui compte le plus.

Une première pièce

Une structure commence par une seule décision prise une fois.

Dans ta deuxième liste, il y a une décision qui revient chaque semaine et qui te coûte plus que les autres. C'est celle-là qui devient une règle, écrite et appliquée dès cette semaine, sans renégociation.

« Le mercredi, c'est mon mari qui récupère les enfants. »

« Je réponds aux messages de la famille une fois par jour, après 19h. »

« Le samedi de 7h à 9h appartient à mon projet. »

« Les courses de la semaine sont gérées par la ménagère, à partir d'une liste fixe. Je ne vérifie plus. »

LA DÉCISION QUI REVIENT CHAQUE SEMAINE

LA RÈGLE QUE JE POSE DÈS CETTE SEMAINE

LES PERSONNES QUE CETTE RÈGLE CONCERNE

CE QUI A RÉSISTÉ DÈS LES PREMIERS JOURS

CE QUI SE PASSE ENSUITE

Tu n'as pas besoin d'attendre de voir si ta règle tient. Ce qui suit arrive presque toujours dans le même ordre : d'abord un soulagement, souvent sans commune mesure avec la taille de la décision que tu viens de prendre, puis, au deuxième ou au troisième jour, une résistance, quand quelqu'un teste la règle, que la culpabilité revient, ou que c'est toi qui la contournes au premier imprévu.

Cette résistance n'est pas un échec. Elle montre exactement où ta structure manque d'appui. Seule, on la contourne ou on renonce. *C'est précisément là que le travail commence.*

LA LOI DE LEX I

Les décisions qui te rapporteront le plus sont les plus banales : celles que tu prends une fois, et qui travaillent pour toi chaque semaine.

Et maintenant

Tu as vu ce que tu portes, tu as posé une première règle, et tu sais déjà ce qui lui résiste. Tu arrives donc avec la matière exacte dont on a besoin pour construire l'ensemble. Selon ce qui te retient aujourd'hui, ce travail prend deux formes.

Décision, six semaines

Une question que tu portes depuis des mois et que tu n'arrives pas à trancher. Tu repars avec ta décision prise, la date à laquelle elle s'applique, et ce que tu réponds quand on te demandera de revenir dessus. À partir de 1 500 €.

Structure, trois mois

Tu travailles beaucoup, tu t'investis, et six mois plus tard tu es au même point. Trois mois pour reprendre tes journées, ton offre et ta façon de diriger, parce qu'aucune décision prise isolément ne règle ce que tu vis. À partir de 3 000 €.

VOIR LES DEUX FORMULES

Tu peux aussi m'écrire directement à c@befoune.com, en me disant où tu en es et ce qui ne bouge pas. Je te réponds sous 48 heures.