



notre coach du travail vous répond

Avec **Maryse Marzolf**,
psychosociologue du travail



EN BREF

Lors d'un bilan de compétence, puis-je parler librement sans risque que tout soit répété à mon boss ?

Tout dépend du type de bilan. Un bilan individuel (que vous avez vous-même sollicité) ne donne lieu à aucun rapport écrit transmis à votre hiérarchie. En revanche, un bilan réalisé dans le cadre d'un plan de formation (demandé par l'entreprise) fait l'objet d'une synthèse remise à l'employeur. Aussi, avant de confier à votre consultant des informations que vous ne souhaitez pas voir ébruitées, assurez-vous qu'il a compris votre demande et qu'il accepte la confidentialité. Dans le doute, mieux vaut vous taire...

Je passe bientôt un entretien de recrutement. Dois-je révéler que j'attends un bébé ?

Rien ne vous y oblige, c'est une information qui peut rester confidentielle. De son côté, l'employeur n'a pas le droit de chercher à le savoir. Mais si vous souhaitez établir une relation de confiance, il peut être préférable de ne pas dissimuler votre grossesse. A vous de juger...

J'ai opté pour un congé parental à temps partiel. Puis-je choisir mes horaires ?

Non, vous pouvez choisir la durée du travail qui vous convient (à condition qu'elle soit d'au moins seize heures par semaine), mais pas vos jours et heures de présence. Ils doivent être fixés en accord avec votre employeur. Vous avez tout intérêt à trouver un arrangement car, en cas de désaccord, vous devrez vous plier à ses choix.

Je ne me sens pas reconnue dans mon travail...

Pour commencer, soignez votre image. On n'est pas toujours conscient de l'effet qu'on produit sur les autres. Lorsque vous êtes au travail, soyez-y à fond ! Evitez de passer des coups de fil personnels, de rire haut et fort, de multiplier les pauses. A l'inverse, n'hésitez pas à prendre la parole au bon moment. **Afficher votre présence, prendre position, faire des propositions**, c'est manifester votre implication.

Chaque fois que vous le pouvez, en fonction de votre métier, gardez des traces écrites de votre activité : rédigez un compte rendu de ce qui vient d'être dit (avec copie à tous

les intéressés), tenez un petit carnet de bord des tâches accomplies, **notez ce qui s'est passé pendant la journée**. Cela vous aidera à prendre conscience vous-même du travail que vous réalisez.

Donner la mesure de ses efforts

Souvent, en effet, la non-reconnaissance du travail passe par celle qu'on ne s'accorde pas soi-même. De cette façon, vous vous sentirez plus sûre de vous, et vous cesserez d'être sensible à la moindre remarque désobligeante sur votre travail (« comment, ce dossier n'est pas encore prêt ? ») ou sur votre manque

de disponibilité (« ah oui, bien sûr, les horaires de la crèche... »). Au lieu de rester sans voix et les larmes aux yeux, vous aurez des arguments concrets pour répliquer ! Ces traces écrites vous seront également très utiles le jour où vous passerez votre entretien d'évaluation. Elles vous permettront de décrire précisément votre fonction et de donner la mesure du travail que vous accomplissez. Lors de cet entretien, **n'hésitez pas à exprimer vos vœux en terme de formation ou d'évolution de poste**. On vous les accorde ? Ça aussi, c'est une forme de reconnaissance de votre travail ! *

PHOTOS : BRUNO COUTIER; TOM GRILL/GETTY IMAGES.

www.famili.fr



Chaque mois, notre spécialiste **Maryse Marzolf** répond à vos questions. Vous aussi, vous rencontrez un problème lié à votre vie professionnelle ? **N'hésitez pas à nous en faire part sur notre forum, rubrique Magazine.**

