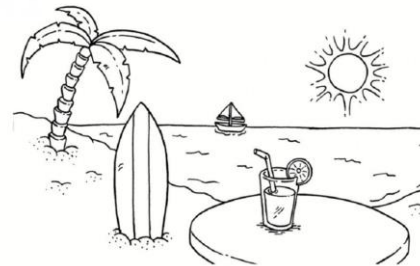
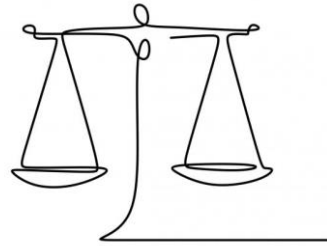


Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

« J'adore mon métier, je tourne en rond quand je suis à la maison trop longtemps, j'ai besoin de bosser, c'est dans ma nature. Cependant je ne suis pas prête non plus à sacrifier mes filles pour ça et il est important de trouver un équilibre. »

« Je n'ai pas voué ma vie à mon métier. C'est lui qui m'a engloutie et je l'ai haï pour ça.[...] Au cours des trente dernières années, mon métier m'a façonnée. Si j'en avais exercé un autre, je ne serais pas "moi". J'ai de la chance, j'aime la personne que je suis devenue.[...] L'impact que mon métier a eu sur ma vie ne peut pas être nié et doit servir de témoignage opposable à ceux qui répondraient que ce n'est pas possible ou qu'on exagère. »

« Il m'a fallu "faire bouillir la marmite". [...] J'ai peu vu mes enfants grandir. j'ai loupé plein de choses n'ayant que peu le choix. »



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Figure 85 : Q32 : Nécessité d'améliorer l'équilibre vie personnelle-vie professionnelle – opinion des étudiantes (O/N)

32/ Penses-tu qu'il serait nécessaire aujourd'hui d'améliorer l'équilibre vie personnelle-vie professionnelle chez les femmes vétérinaires ?

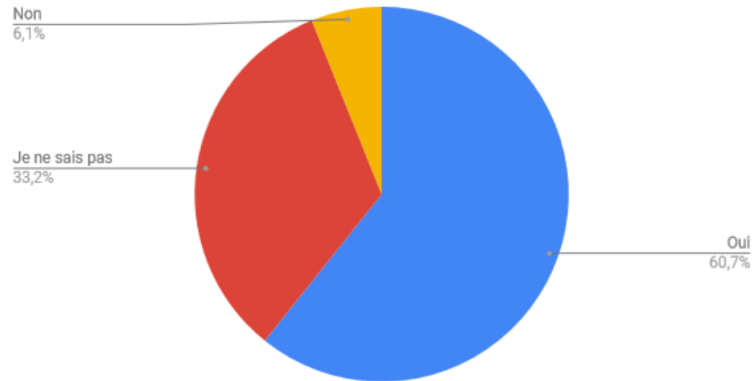
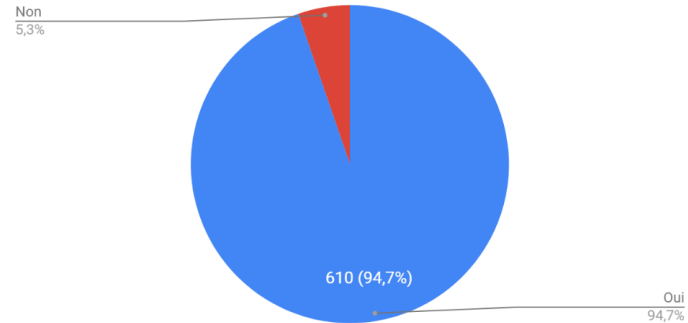


Figure 86 : Nécessité d'améliorer l'équilibre vie personnelle-vie professionnelle – opinion des vétérinaires diplômées (n=644) (O/N)

52/ Pensez vous qu'il serait nécessaire aujourd'hui d'améliorer l'équilibre vie personnelle-vie professionnelle chez les femmes vétérinaires ?



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle



Vétos
Entraide

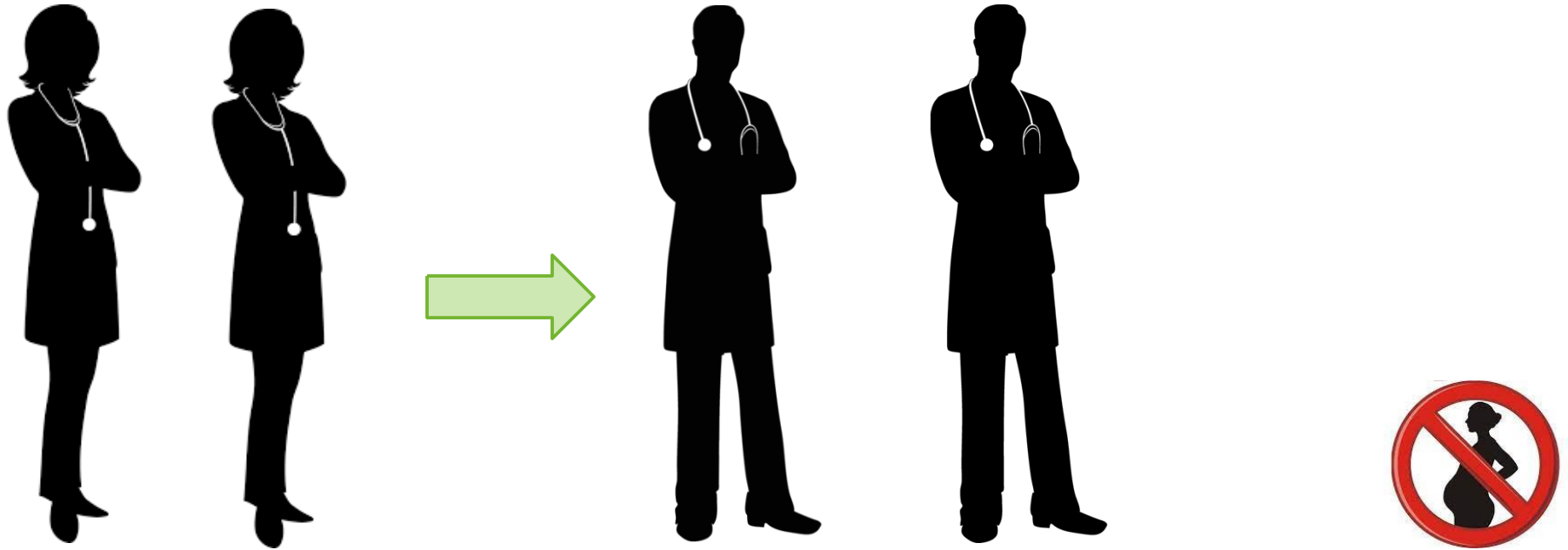


Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Quelles sont les difficultés qui ressortent le plus souvent?
- Quelles en sont les causes?
- Quels leviers utiliser?



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle



Quelle population de vétérinaire?



Problèmes les plus fréquents

Manque de temps

Sentiment d'être
dépassé(e)

Perte de confiance en soi

Manque de disponibilité
émotionnelle

Culpabilité

***Résultat: sentiment de déséquilibre profond entre notre vie
de vétérinaire et notre vie "privée"***

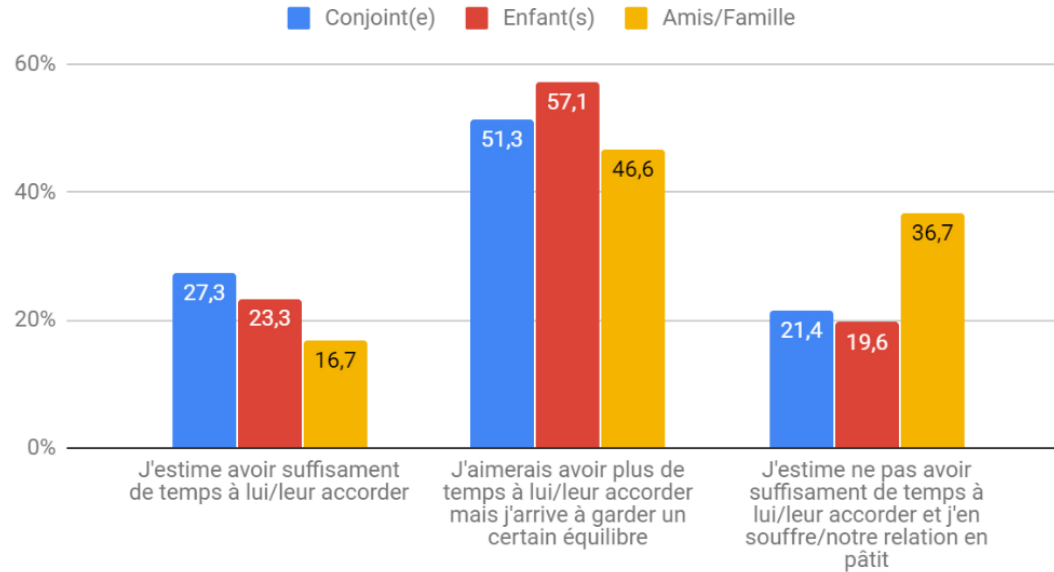


Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Difficulté à être disponible

Figure 45 : Q20 : Temps alloué à la vie sociale pour les vétérinaires diplômées (QCM)

20/ A propos de votre vie sociale :



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Pourquoi ces difficultés? Causes liées au travail lui même :

« La reconnaissance du service fourni et de la disponibilité assumée a été le meilleur moteur de l'activité professionnelle. Avec le temps celle-ci s'est estompée jusqu'à faciliter la décision de quitter cette clientèle »

« Trop souvent obligation d'adapter les prévisions aux aléas de la clientèle. »

« L'association a été envisagée , enclenchée mais n'était pas tenable (incompatibilité de comportement et de valeurs) avec mon « successeur » .»

« Je manque souvent cette activité qui débute à une heure précise, parce que les consultations ont "débordé" de l'horaire habituel »

« Lors d'activités sportives les soirs de semaine, fréquents retards au cours à cause de visites tardives et assiduité irrégulière due aux gardes de nuit... »

“Complicé entre la vie professionnelle et la vie familiale d'avoir du temps pour soi”.



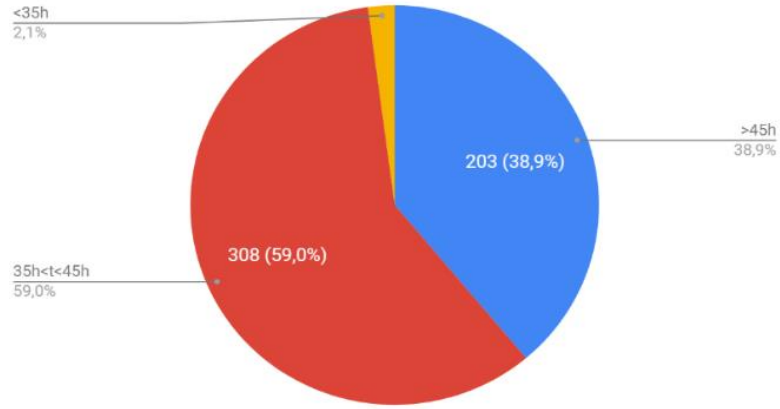
Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées au travail

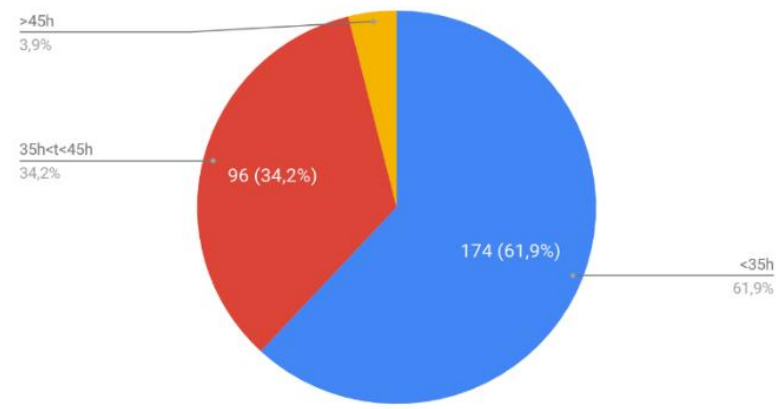
- Temps de travail (amplitude horaire et moyenne d'heure élevées)

Figure 54 : Temps de travail hebdomadaire en fonction du régime

Régime temps plein - Temps de travail hebdomadaire



Régime temps partiel - Temps de travail hebdomadaire



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées au travail

- Imprévisibilité : Urgence, consultation parfois plus longues...
- Obligation de continuité de soins
- Gardes et astreintes
- Responsabilités élevées



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées au travail

- Vacances difficiles à poser
- Taches administratives et sociales



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées à la relation de la société avec notre métier

- Exigence croissante de la clientèle
- Regard de la société sur notre métier: “nantis”
- Manque de reconnaissance de la part de la clientèle



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées à la société de manière plus générale

- Inégalité homme/femme au sein du travail
- Inégalité homme/femme au sein du foyer



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

Causes liées à la personne

- Gestion, relation d'équipe insatisfaisante
- Manque de reconnaissance et d'entraide
- Famille en bas âge ou personne dépendante
- Fatigabilité, santé
- Difficultés financières



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

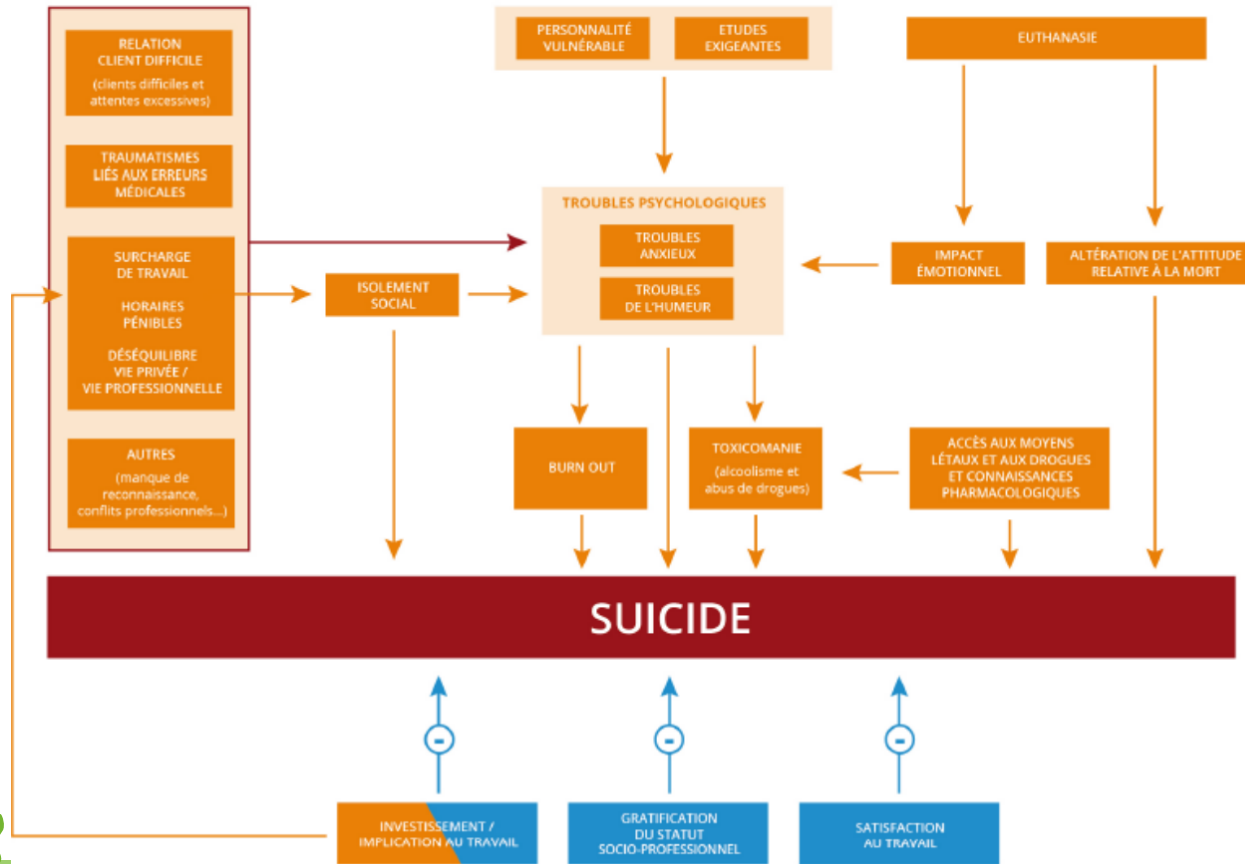


Figure 5 : Interactions entre les différents facteurs de risque de suicide dans la profession vétérinaire (Malvaso, 2015)

Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- D'un point de vue professionnel :
 - Partager entre confrères :
 - Les gardes et astreintes
 - Possibilité de référer
 - Confraternité et dialogue au sein des structures d'exercice
 - Formation/sensibilisation des vétérinaires managers
 - Coaching
 - Communication



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Repenser notre métier :

- Vocation oui, Sacerdoce non

« Modernisons nous, réfléchissons vite et bien comme nous savons le faire au diagnostic de la maladie vétérinaire aujourd'hui.

Pourquoi les jeunes semblent fuir, d'après les moins jeunes?

Pourquoi les moins jeunes manipulent et exploitent, d'après les plus jeunes?

Nous devons tous travailler ensemble, pour notre bien avant tout, et celui de nos clients ensuite. Ne perdons pas ça de vue. »



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- D'un point de vue sociétal :
- Faciliter les emplois à temps partiel
- Normalisation de la parentalité (et de la grossesse)
- Égalité homme/femme jusque dans les mentalités...
- Changement d'image du métier auprès de la population



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- D'un point de vue personnelle:
 - Choix du statut en fonction des envies/besoins personnels
 - Salariat / temps partiel
 - Association
 - Collaborateur
 - Autre....

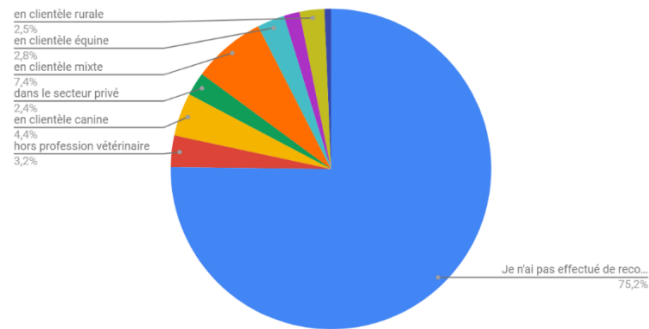


Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Reconversion professionnelle

Figure 21 : Q9 : Répartition des vétérinaires ayant effectué une reconversion en fonction du domaine dont elles sont issues (QCM) n = 188/758 (25 %)

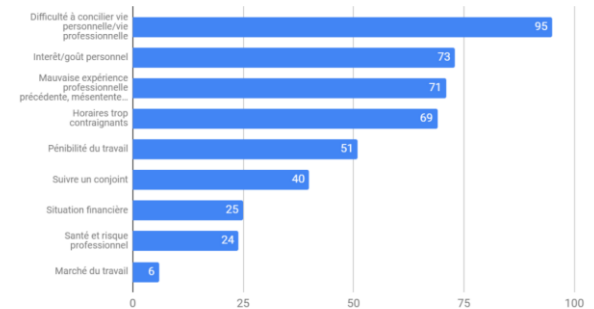
9/ Si vous avez effectué une reconversion professionnelle au cours de votre carrière, dans quel(s) domaine(s) avez vous travaillé précédemment ? (sans mentionner votre domaine actuel)



25% se sont reconverties

Figure 23 : Q10 : Motifs de reconversion au sein de l'effectif (QCM + QRC)

10/ Vous avez effectué cette reconversion pour cause :



50% pour un meilleur équilibre de vie!



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Développement personnel: apprendre à prendre soin de soi
 - Apprendre à dire NON
 - Se donner le droit de prendre des vacances, de respecter son rythme...Sans culpabilité

« Décision de référer les urgences de nuit et de week-end sur une clientèle à 15 km qui recherche des référants pour faire vivre un collaborateur libéral qui veut travailler la nuit et le dimanche ! Une salariée vétérinaire pour pouvoir aller chercher les enfants à l'école à 17 h 2 fois par semaine et ne plus travailler le mercredi et un samedi sur deux . Je décide de prendre plus de vacances , une semaine à chaque petite vacance scolaire , 3 semaines l'été . Je ne pensais pas que c'était possible ! Les clients sont fidèles , comprennent très bien : la clientèle se développe alors que nous ne faisons plus de gardes , et que je travaille moins ! »

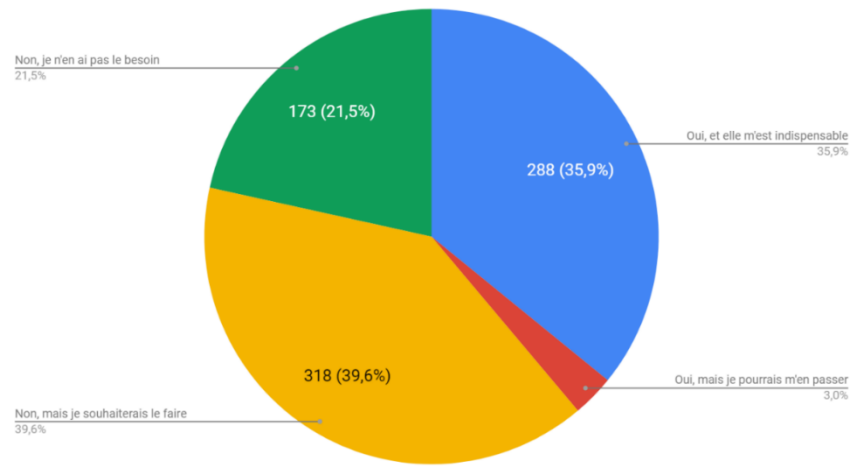


Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Se faire aider : aide ménagère, garde d'enfants, entourage amical...

Figure 73 : Q45 : Emploi d'une aide-ménagère – vétérinaires en exercice (QCM)

45/ Employez-vous une aide ménagère à la maison ?



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Trouver une activité sportive ou artistique adaptée :
 - cours à domicile
 - activité seul ou à horaire variant facilement



Équilibre Vie professionnelle/ vie personnelle

- Responsabilité individuelle reste hélas le premier échelon
- C'est aussi une évolution de la société et le place du travail dans nos vies.
- Il y a cependant un enjeu propre à notre métier : l'éducation de la clientèle et du regard de notre société sur « ses soignants » et en particulier sur les vétérinaires...

• **A vous la Parole !**

