LE FIGARO·fr
URL :http://www.lefigaro.fr/
PAYS :France
TYPE :Web Grand Public
28 avril 2023 - 14:06
Cliquez ici pour accéder à la version en ligne

«Je ne regrette rien, mais…» : petites et grandes galères des conjoints d'expatriés

ENQUÊTE - À diplôme et carrière de plus en plus souvent équivalents, des hommes et des femmes quittent leur poste pour suivre leur conjoint à l'étranger. Reconversion professionnelle, gestion des enfants et, parfois, premier verre de vin de la journée à 11h59... Comment survivent ces conjoints «accompagnateurs» ? Par Roxane Guichard

« Avant de partir, je plaisantais en disant que j'allais m'inscrire à un book-club et que je ferais du yoga pendant que la nounou garderait les enfants… J'étais évidemment persuadée de trouver un boulot très vite avec mes diplômes et mon expérience », se rappelle Marion, passée par le Pérou et aujourd'hui établie à Austin, aux États-Unis. « J'ai moins rigolé quand au bout de deux ans sans parvenir à travailler, une amie française m'a glissé : 'Tu devrais venir à notre club de lecture, tu déprimerais moins…' ».

Dix ans et deux pays plus tard, l'ex-directrice marketing s'est reconvertie en institutrice Montessori au Texas. « Aujourd'hui j'adore ma vie, mais mon parcours a quand même été épineux, j'avais l'impression d'être la seule conjointe au monde incapable de se bricoler une expatriation un minimum épanouissante. Heureusement, j'ai découvert depuis que j'étais loin d'être la seule. »

Comme Marion, 80% des conjoints tous sexes confondus veulent travailler pendant l'expatriation, sachant que les trois-quarts d'entre eux parlent au moins trois langues et sont titulaires de diplômes Bac +4 et plus, comme l'expatrié lui-même. Une bonne volonté qui se heurte régulièrement à la réalité du marché de l'emploi et à l'étroitesse du réseau local. Ou encore à une maîtrise de la langue suffisante pour gérer le tout-venant mais trop lacunaire pour être compatible avec l'exercice d'un poste équivalent à celui quitté en France.

«Pour les accompagnatrices, ça ressemble aux étapes du deuil»

« À 88%, ces conjoints « accompagnateurs » ou « suiveurs » sont des femmes », détaille Alix Carnot, directrice associée de Expat Communication, spécialiste de l'accompagnement des transitions internationales, qui recueille des données à travers un baromètre trimestriel. « Il y a une légère progression côté hommes, leur part ayant augmenté de 4 points depuis 2017 mais on est loin de la parité ». Il faut dire que les secteurs où les hommes sont majoritaires sont plus souvent ceux proposant une expatriation, « mais le ratio de suiveurs masculins peut-être bien plus élevé dans des entreprises comme L'Oréal par exemple », nuance la directrice.

Tu te dis qu'il est temps de te remettre à bosser... et c'est là que tu te casses les dents

Laetitia

Que deviennent donc ces conjointes qui étaient juristes, employées de banque ou journalistes ? « Sur un blog, je suis tombée sur un schéma des différentes phases d'une expatriation pour les accompagnatrices, ça ressemble aux étapes du deuil, rit Laetitia, ex-avocate passée par l'Ukraine et le Canada . En tout cas, il y a vraiment la phase de lune de miel, quand tu arrives et que tout semble exotique et génial. Tu dois gérer l'administratif, les enfants, tu prends tout en charge pour que ton mari puisse s'acclimater à son nouveau boulot sans trop de stress, tu es indispensable et tu te sens galvanisée par l'ampleur de la tâche. Comme tu fais les choses bien, au bout de quelques mois, tout roule…sauf pour toi. Tu te dis qu'il est temps de te remettre à bosser, et c'est là que tu te casses les dents ».

Pendant des décennies, lorsqu'un cadre était envoyé à l'étranger pour plusieurs années, la prise en charge du conjoint faisait souvent partie du package, ce qui n'est plus le cas aujourd'hui, où la plupart des expats débarquent avec un contrat local. « Ils m'ont quand même proposé des cours de langue, mais sinon il fallait que je me débrouille, se rappelle Laetitia. Et ce n'est pas comme si on pouvait apprendre l'ukrainien en quatre mois avec un enfant en bas âge…. J'ai un peu lâché l'affaire car mon conjoint, qui travaille pour l'Onu, gagnait assez pour vivre très confortablement. »

«Je rêverais d'avoir ta vie, profiiiiite !»

En expatriation, « lâcher l'affaire » peut très vite transformer les semaines en mois et les mois en années. C'est ainsi que Laetitia a un jour réalisé que trois ans venaient déjà de s'écouler : « J'en ai pris conscience quand ma fille a commencé à aller à l'école et j'ai commencé à dévisser psychologiquement. J'avais honte, je passais mes journées sur LinkedIn à regarder mes anciens collègues en France réussir leur carrière, puis je scrollais sur

Tous droits de reproduction réservés
Pickanews

Instagram pour constater que les autres expats que je connaissais semblaient parfaitement épanouies. Tous les jours, je faisais le décompte avant midi pour pouvoir me verser un petit verre de vin, c'était l'angoisse. » Et tandis que les conjointes d'expatriés découvrent qu'une bouteille de vin dont le bouchon se dévisse est aussi efficace que celle nécessitant un tire-bouchon, leurs proches restés en France sont souvent persuadés qu'elles vivent une expérience exceptionnelle. L'orgueil aidant, ces dernières n'ont pas toujours la force de les détromper.

« Un jour, j'avais une amie au téléphone et elle a senti que j'avais une petite voix , relate Marion. J'ai juste dit que j'avais une baisse de moral mais elle hallucinait… « C'est quoi le problème au juste ? Je rêverais d'avoir ta vie, profiiiiite ! » , je n'en pouvais plus d'entendre ça, et je n'avais pas envie de lui expliquer qu'à cause de mon visa de «femme de», je ne pouvais même pas avoir ma propre carte bancaire et que j'avais l'impression d'avoir sacrifié mon identité pour mon mec et mes enfants… Il a fallu quelques mois de plus pour que je finisse par craquer un bon coup et que tout le monde comprenne que ça n'allait pas pour que les choses commencent enfin à bouger ». Une confession tardive, mais qui a eu le mérite d'enclencher une dynamique vertueuse, pour Marion comme pour Laetitia.

« Je n'ai commencé à entrevoir la sortie du tunnel que lorsque j'ai lâché prise, reconnaît Laetitia . Après quatre ans dans le dur en Ukraine, j'ai voulu tenter une autre méthode en arrivant à Vancouver… J'ai commencé par avouer à mon entourage que je déprimais, que j'étais persuadée que je ne travaillerais plus jamais et qu'en revenant en France j'aurais un trou dans mon CV plus gros que celui de la Sécu. En discutant avec une amie, il s'est trouvé qu'elle connaissait quelqu'un qui connaissait quelqu'un… et c'est comme ça que j'ai été mise en contact avec la communauté des expats français - ce que j'avais refusé de faire avant, pensant que je m'enrichirais plus culturellement en ne fréquentant que des locaux. Finalement, j'avais surtout fréquenté les catalogues de Netflix et Prime Video. »

Compter sur les Français

C'est en formulant leur mal-être et en acceptant de fréquenter des compatriotes expats que Marion et Laetitia ont fini par retrouver une activité. « Je ne sais pas pourquoi, on se dit toujours qu'on va détester les autres Français… Mais j'ai pris sur moi et commencé à écouter des podcasts sur le sujet, à suivre sur Insta d'autres expatriées, on a organisé des apéros. J'ai découvert une solidarité, une sincérité aussi sur l'expérience de l'expatriation, et c'est via ces rencontres que m'est venue l'idée de suivre une certification pour devenir institutrice Montessori , souligne Marion. De son côté, après quelques rencontres avec des expatriées reconverties, Laetitia a opté pour une formation de coach en développement personnel et estime avoir in fine trouvé sa place en expatriation, comme 54% des conjoints (contre 66% pour les expatriés en général, selon le baromètre Expat Communication de mars 2023).

« J'ai détesté avoir l'impression que tout s'arrangeait toujours en lisant les témoignages d'autres galériennes de l'expatriation, conclut Laetitia. Sept ans après, j'ai encore du mal à accepter cette position de conjointe accompagnatrice, parfois je suis en colère contre moi, d'autres fois contre mon mari… Mais je suis certaine de ne pas regretter tout ce que j'apprends au cours de cette expérience ». Une conclusion confirmée par Alix Carnot d'Expat Communication, qui, dans le questionnaire d'une conjointe accompagnatrice revenue d'expatriation, a découvert la réponse : « Mari parti, enfants envolés. Pas de boulot. Et je ne regrette rien. »

Tous droits de reproduction réservés
Pickanews