



Que nous dit la "boule au ventre"?

L'AVANT-SCÈNE DU BURN-OUT :

c'est ainsi qu'Élise Fabing qualifie la « boule au ventre », cet état où le corps parle avant l'esprit. Dans un ouvrage où elle dissèque le mal-être professionnel, et celui des femmes en priorité, l'avocate parisienne spécialiste en droit du travail revient longuement sur cette souffrance physique et mentale qu'est le burn-out, qui toucherait 12 % des actifs... sans avoir le privilège d'être reconnue comme maladie professionnelle (mais bien comme maladie longue durée). Derrière cet anglicisme, on retrouve emmêlés le malaise lié à des cadences infernales et autres *deadlines* impossibles, l'injonction à être parfaite partout quand l'enfant naît, le harcèlement moral ou sexuel, le racisme et le sexisme ordinaire, le plafond de verre... Ces réalités, Élise Fabing les connaît toutes, elle dont la moitié du temps d'avocate est dévolue à l'assistance psychologique. Coécrit avec le journaliste Jules Thomas, *Ça commence avec la boule au ventre* (Éditions Les Arènes) est un livre qui raconte avec humanité les larmes qui se déversent en cabinet, les petites victoires et les grandes défaites (ou inversement).

CULPABILITÉ FÉMININE

« La notion de boule au ventre recouvre de nombreuses réalités, analyse l'avocate. Une perte ou une prise de poids rapide, des poussées d'eczéma ou de zona, des troubles du sommeil, des crises d'angoisse ou de larmes, une léthargie totale, de la colère ou du désespoir... Je reçois surtout des cadres supérieurs qui ont des parcours a priori flamboyants. Quand le burn-out ou la situation de violence arrive à ces personnes habituées à la réussite, c'est un caillou dans la chaussure qui, à force de répétition, d'usure, de prolongation, fait

s'écrouler tout l'édifice. Les femmes qui témoignent vont ressentir un mal-être au travail, chez elles, se mettre en arrêt, un peu, puis tout le temps. Elles culpabilisent de ne plus y arriver, de ne pas être utiles, elles vont chercher leurs responsabilités avant de s'interroger sur leur santé ou leur sécurité au travail. Contrairement aux hommes, les femmes consultent souvent un avocat quand il est trop tard. Elles ont plus de réticence à chercher de l'aide, ont peu anticipé, pas rassemblé de preuves... Il faut leur apprendre à se protéger et à se défendre. »

PARLER POUR COMPRENDRE

« Je reçois beaucoup de clientes qui ne mettent pas le doigt sur la raison de leur souffrance et ne reconnaissent pas l'emprise quand celle-ci se présente, poursuit l'avocate. Chez les femmes plus âgées, beaucoup ignorent par ailleurs l'existence dans le Code du travail, depuis 2022, de la notion de harcèlement d'ambiance, qui condamne les entreprises au climat violent ou xénophobe, qui tolèrent les « blagues sexistes » ou encore l'affichage d'images dégradantes. » L'avocate se souvient d'une société où régnait une ambiance pornographique dans les locaux, notamment parce que le patron faisait des montages avec les photos des salariés... « Beaucoup de femmes se retrouvent obligées de subir (voire de nourrir) cette ambiance BDE/école de commerce qui pourtant les dénigre. Souvent, parler à ses proches, aux médecins du travail permet de se rendre compte qu'il n'y a rien de normal dans cette situation », explique Élise Fabing.

LES RISQUES DU POST-PARTUM

Une part importante de son ouvrage est consacrée aux souffrances des femmes enceintes ou ayant accouché. « La grossesse génère beaucoup de stress et d'angoisse chez les salariées qui se sentent vulnérables et ont parfois peur de perdre leur emploi, leur statut, explique-t-elle. Quand les choses se terminent dans mon cabinet, il y a souvent eu des signes avant-coureurs : la façon dont l'employeur accueille la nouvelle de la grossesse, les promotions internes refusées... J'ai eu une cliente qui a travaillé jusqu'à la salle d'accouchement, d'autres qui n'ont rien voulu lâcher pendant leur congé maternité. Nombreuses sont celles qui essaient de faire comme avant, alors que rien ne peut être comme avant. Ce syndrome de la *wonder woman* (masquant la peur d'être une mauvaise mère et une mauvaise professionnelle) accroît sans hésitation les risques du post-partum », conclut la spécialiste, qui a rassemblé dix ans de travail et de témoignages assourdissants. •

LA
Q
U
E
S
I
O
N
S
I
M
P
L
I
C
I
T
É