



Quels sont vos avantages à investir dans vos collaboratrices qui reviennent de congé maternité ?

Les femmes enceintes et jeunes mamans ont souvent l'impression que leur carrière est remise en question et elles se sentent à risque même au sein d'environnements professionnels bienveillants.

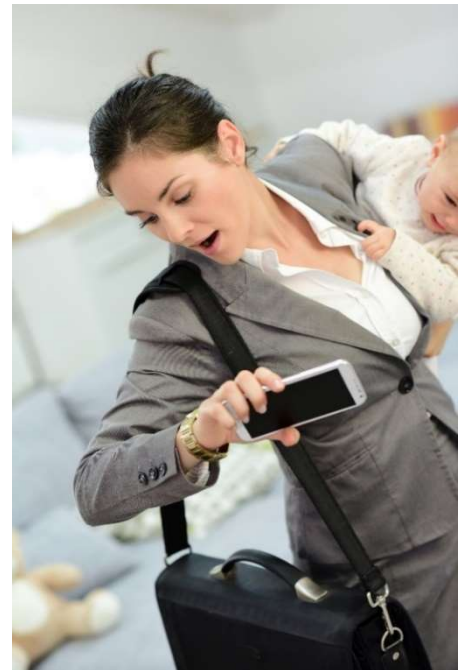
Chez Agilem, nous sommes spécialisées dans l'accompagnement des jeunes mamans actives :

## “Coaching for New Businessmums”

Aujourd'hui, les femmes ont leur premier enfant de plus en plus tard ; elles mènent souvent une carrière et assument des responsabilités professionnelles au moment où elles décident de fonder une famille.

Revenir au travail après un congé maternité est un défi supplémentaire :

- Des questions liées à l'identité : comment est-elle perçue au travail maintenant qu'elle est *maman*. Est-elle encore crédible ? Va-t-elle encore être prise au sérieux ?
- Des sentiments de culpabilité et de confusion dans une période de transition majeure
- Un changement brutal : elle se voit passer d'un environnement chaotique au monde structuré de l'entreprise
- Une confiance en soi à la baisse
- Un besoin d'aide non exprimé : la professionnelle souffre en silence et cache souvent son besoin d'aide.



Plus les organisations soutiennent la jeune maman à ce moment critique de sa carrière, plus elle sera motivée et productive à son retour au travail.

### Objectifs de Coaching

- Jongler entre priorités et gestion du temps,
- Aider la jeune maman à clarifier ses besoins personnels, de carrière et familiaux,
- Maintenir un état d'esprit positif,
- Identifier les facteurs de risque individuels et établir un plan d'action pour les minimiser,
- Prévenir le burnout et autres préjudices collatéraux du stress,
- Construire un nouvel équilibre



Why should you care about your talents going back from maternity leave? Female talents are key parts of your organization's success and future.

Even in the most supportive professional environments, unconscious bias can make pregnant women and new mums feel like their career trajectory is at risk.

At Agilem, we are specialised in

## Coaching for New Businessmums

Today, women are having children later in their careers and have more responsibilities on their plates when they start a family.

Going back to work after maternity leave is a challenge in a woman's life:

- They face identity-related questions: how is she perceived at work now that she became a mum. Is she still credible? Will she be taken seriously?
- She may feel guilty, empty or confused due to the sudden transition: from being all day with her baby to being without him/her
- Her brain needs adjustments, from months spent in a sometimes-chaotic environment to a structured world
- She may need to rebuild confidence
- She may struggle in silence, not showing she need help.

The more organisations support the New Businessmum along her career development, the more committed and productive is she when she comes back.

### Coaching objectives

- Juggling with priorities and time management,
- Avoiding the common mistakes other professional women made that left them feeling unfulfilled at work, guilty at home and stressed out,
- Finding a new balance,
- Finding confidence, she will manage it all,
- Distinguishing which risk factors are under their control and influence them,
- Preventing burnout and other stress damages,
- Clarifying what they want for themselves, their career, and their family.

