

Enquête Cadreo

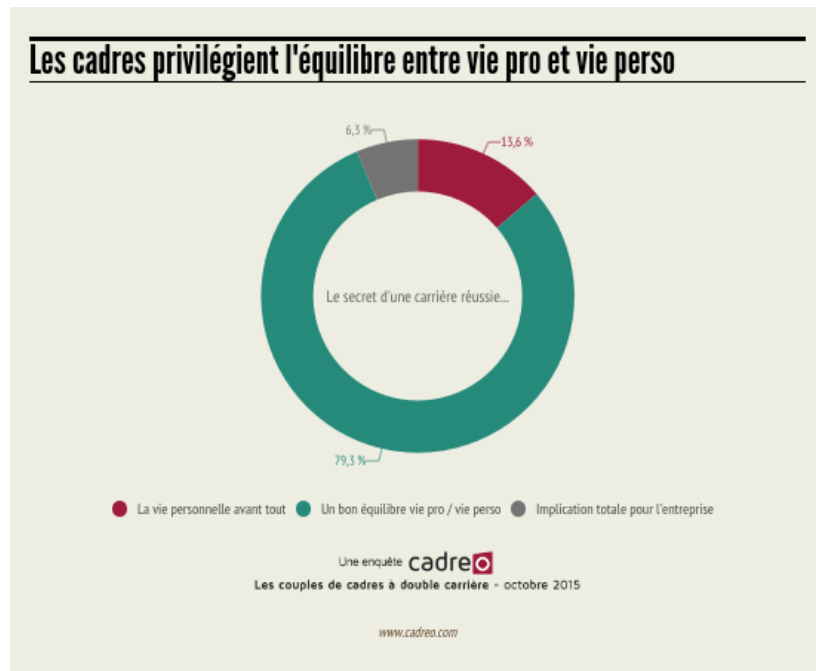
80% des cadres plébiscitent l'équilibre vie pro / vie perso dans leur couple

Rennes, le 14 octobre 2015 - Les couples de cadres ne veulent pas choisir la carrière de l'un ou de l'autre. Ils veulent tout réussir : leur vie personnelle, leur vie professionnelle et leur vie de couple. Comment font-ils pour s'organiser avec des postes à responsabilités et des agendas bien remplis ? Cadreo, le service carrière et emploi dédié aux cadres (groupe RegionsJob) a mené l'enquête auprès de 1184 cadres.

L'équilibre vie pro / vie perso est une priorité pour les cadres

Le mois dernier, le rapport Mettling recommandait l'instauration d'un droit à la déconnexion, sous-entendant la possibilité de revendiquer du temps pour soi. Les couples de cadres sembleraient avoir d'ores et déjà entendu cette recommandation. En effet, pour une écrasante majorité, une carrière réussie passe par une bonne conciliation entre vie personnelle et vie professionnelle. Près de 80% des personnes interrogées (cadres en couples avec des cadres) cherchent à atteindre un bon équilibre entre les deux sphères de leur vie pour être pleinement épanouis et efficaces à leur poste.

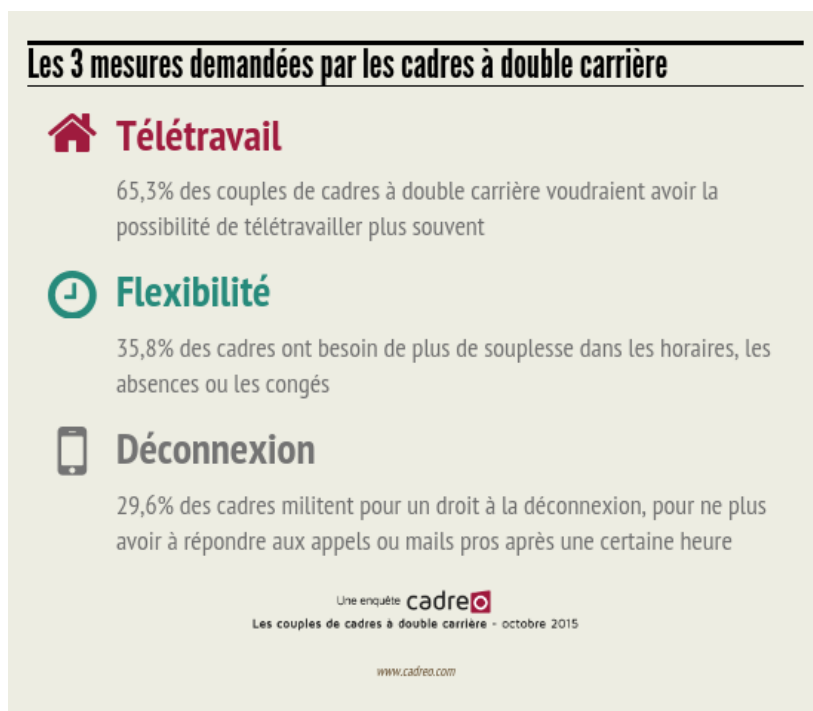
Ainsi, les accros au travail – les workaholics – ne sont que 6,3% à prioriser l'implication totale pour l'entreprise. A l'inverse, les cadres plaçant la vie personnelle avant tout ne représentent que 13,6%.



Les cadres estiment également possible de mener deux carrières de front, à condition de bien s'organiser. Pour plus d'un cadre sur deux en couple avec un autre cadre (55,2%), la clé du succès passe donc par une organisation rigoureuse. Plus d'un quart reconnaît cependant qu'il est plus facile de le faire lorsqu'on n'a pas d'enfant ou quand ils sont plus grands et autonomes. Enfin, seulement 12,9% des cadres affirment que c'est impossible, à moins de sacrifier sa vie personnelle.

Les 3 mesures demandées

Aujourd'hui, les employeurs ont tout intérêt à être attentifs à l'équilibre vie pro/vie perso des cadres, qui conditionne une bonne part de leur performance en entreprise. Comment faire pour leur faciliter la vie ? En offrant plus de flexibilité. Au-delà de la délégation (des tâches ménagères du quotidien par exemple), plusieurs mesures aident les cadres à mieux gérer leur carrière :



Le télétravail est plébiscité par les cadres. **Plus de deux tiers aimeraient pouvoir travailler à distance ou de chez eux plus fréquemment.** La part des cadres qui télé-travaillent est déjà plus élevée que celle des salariés dans leur ensemble (autour de 15% de salariés le pratiquent, les cadres sont deux fois plus nombreux à le faire occasionnellement). L'autonomie qu'on leur accorde dans leurs fonctions et leurs horaires (près d'un cadre sur deux est au forfait jour), devrait aussi se traduire par un recours plus systématique au télétravail.

Pour encore plus de flexibilité, les cadres ont également besoin d'introduire de la souplesse dans leurs horaires, leurs congés ou leurs absences. On pense notamment aux parents qui ont parfois des impératifs difficiles à prévoir. Pour pallier ces absences, il existe dans certaines conventions collectives des jours enfants malades par exemple.

Enfin, et c'est souvent une mesure réputée pour faciliter l'accès des femmes aux postes d'encadrement ou de direction, **les réunions tardives doivent être proscrites.** D'abord parce qu'elles sont rarement efficaces, mais surtout parce qu'elles sont incompatibles avec le problème de « double journée », qui pèse sur les cadres ayant des enfants.

Les couples de cadres développent toutes les qualités du « bon manager »

Tout ne serait donc qu'une question d'organisation. Et c'est dans ce domaine que les cadres excellent plus que les autres. Plus de 92% des couples de cadres affirment avoir développé des compétences transposables à leur vie professionnelle.

Les principales qualités mises en avant sont caractéristiques d'un bon manager :

Jongler entre vie pro et vie perso renforce les qualités managériales

Quand on demande aux cadres à double carrière les qualités professionnelles qu'ils ont pu développer dans leur vie de couple, ce sont les compétences des bons managers qui sont citées en premier...

Efficacité

70,4% des cadres affirment que leur vie de couple à double carrière leur a permis de progresser en "planification et en organisation des tâches"

Empathie

40,7% des cadres déclarent avoir développé leurs capacité d'écoute et de compréhension grâce à l'organisation de leur couple

Capacité à déléguer

37,4% des cadres estiment que leur capacité à déléguer est encouragée par leur vie personnelle

Une enquête **cadreo**
Les couples de cadres à double carrière - octobre 2015

www.cadreo.com

Méthodologie : 1432 répondants dont 82,6% de cadres en couple avec un autre cadre (1184), interrogés en ligne entre juin 2015 et septembre 2015.

Pour consulter l'étude complète : [cliquez ici](#)

A propos de Cadreo cadreo.com

Lancé par le Groupe RegionsJob en 2014, Cadreo est le service emploi & carrière dédié aux cadres expérimentés et dirigeants, désireux de connaître leur environnement professionnel, développer leur expertise et de faire progresser leur parcours de carrière.

A propos de RegionsJob

RegionsJob, premier site d'emploi français dédié à la mobilité professionnelle, accompagne partout en France les candidats tout au long de leur vie professionnelle, les entreprises dans leurs enjeux RH et les centres de formation pour la valorisation de leurs offres.

Présent sur le marché depuis 15 ans, le groupe RegionsJob édite regionsjob.com et parisjob.com, les sites emploi spécialistes des régions et de l'Île-de-France ; MaFormation.fr, l'expert de la formation professionnelle et Cadreo.com, le site carrière réservé aux dirigeants et cadres expérimentés.

Pour plus d'information : regionsjob.com - maformation.fr - cadreo.com

[CentreJob](#) - [EstJob](#) - [NordJob](#) - [OuestJob](#) - [PacaJob](#) - [ParisJob](#) - [RhoneAlpesJob](#) - [SudOuestJob](#) –

Contacts presse

Rumeur Publique

Jérôme Broun - Sophie Noel
01 55 74 52 34 – 01 55 74 52 13
regionsjob@rumeurpublique.fr

RegionsJob

Vanessa Gillet
02.23.44.84.22
vgillet@regionsjob.com

