

# SOMMAIRE

Pourquoi ce livre.....	9
Un parcours en 7 étapes pour oser s'épanouir professionnellement .....	11
Quand parcours atypique rime avec épanouissement professionnel ..	13
Bac général ou « bac poubelle » .....	13
Je ne ferai pas partie des élites de la France .....	15
De secrétaire à coach en développement personnel et professionnel .....	16
<b>Étape 1 - Diplôme, réussite, épanouissement, où en êtes-vous ? ..</b>	<b>25</b>
Mais au fait, que signifie réussir .....	26
Quand l'école, la famille et l'entreprise sabotent votre vision de la réussite .....	31
Témoignage .....	44
<b>Étape 2 - Arrêtez de vous comparer .....</b>	<b>49</b>
Cassez le piédestal de vos héros .....	49
Utilisez les clés de la réussite .....	51
Changez de carburant et utilisez la reconnaissance .....	55
Mettez votre énergie au bon endroit .....	61
Témoignage .....	66
<b>Étape 3 - Craquez vos croyances limitantes et transformez-les en croyances aidantes .....</b>	<b>73</b>
C'est quoi, une croyance limitante .....	74
Comment craquer vos croyances limitantes .....	79
Étude de cas .....	83
Témoignage .....	91

<b>Étape 4 - Faites alliance avec vos superpouvoirs</b> .....	97
Les drivers — alias les superpouvoirs.....	97
Identifiez vos drivers dominants.....	100
Faites alliance avec vos superpouvoirs.....	105
Témoignage .....	117
<b>Étape 5 - Rechargez votre batterie « confiance en soi » pour oser</b> .....	125
Mode d'emploi de la batterie « Confiance en soi » .....	126
Comment recharger votre batterie « confiance en soi ».....	132
Comment exprimer un besoin sans tomber dans l'émotionnel .....	137
Osez dire non... pour mieux vous respecter.....	140
Témoignage .....	146
<b>Étape 6 - Rangez votre masque de l'imposteur et gagnez en légitimité</b> .....	153
Apprenez à identifier le syndrome de l'imposteur.....	154
Changez de posture et gagnez en légitimité.....	157
Misez sur vos talents et faites la différence .....	163
Témoignage .....	167
<b>Étape 7 - Célébrez votre diplôme « J'ai pas fait bac + 5, et alors ? ! »</b> .....	175
Personnalisez votre diplôme .....	176
Fixez-vous un objectif inspirant et motivant .....	179
Témoignage .....	199
En conclusion .....	205
Remerciements .....	207
Pour aller plus loin.....	209
À propos de l'autrice .....	211