

Sommaire

Introduction	11
Que faisons-nous vraiment au travail ?	11
Approche et apport du livre	12
Structure du livre	15
Chapitre 1 - Nouvelle carte, nouvelle boussole	17
Le travail est en crise.....	17
Et si on regardait le travail autrement ?.....	22
La boussole : Obligations / Initiatives / Aspirations	23
Les Obligations	24
Les Initiatives	26
Les Aspirations.....	28
Le S : une nouvelle carte pour un nouveau territoire	29
Chapitre 2 - La première partie de vie professionnelle	33
L'investissement des Obligations.....	34
L'élan initial pour les Obligations.....	37
A - Les Obligations ou la confiance en soi	37
B - Les Obligations ou l'inclusion sociale : être relié	39
C - Les Obligations : moyen d'apprentissage.....	40
Maturation : la progression dans les Obligations.....	43
Moteur 1 : gagner de l'argent.....	44
Moteur 2 : progresser dans l'entreprise et la société.....	45

Moteur 3 : être reconnu pour ses savoir-faire	45
Saturation : l'essoufflement de l'investissement des Obligations ..	49
Chapitre 3 - La deuxième partie de vie professionnelle	53
L'investissement des Initiatives	54
Élan initial : un besoin exacerbé d'Initiatives.....	57
Maturation	60
Les Initiatives managériales	61
Les Initiatives projet	62
La gestion d'activité.....	63
Les Initiatives personnelles	64
La saturation des Initiatives.....	67
Chapitre 4 - La crise du milieu de vie professionnelle	71
Un retournement inattendu	72
Les symptômes de la crise du milieu de vie professionnelle	74
1 - Un sentiment de routine et d'ennui	75
2 - Une tension croissante avec la hiérarchie et les relations professionnelles	76
3 - La perte d'un certain sens et l'absence de perspectives ...	79
4 - Les projets « bulles »	80
Les causes de la crise	81
Les stratégies de réponse : étouffement, retrait ou rupture	83
A - Le surinvestissement des Obligations et du travail ou l'étouffement de la crise.....	85
B - La reconversion ou le retour à la case départ.....	87
C - Retrait.....	89
Chapitre 5 - La troisième partie de vie professionnelle	91
Un possible investissement des Aspirations.....	91
Les cinq caractéristiques clés des Aspirations	95
1 - L'innovation individuelle.....	95
2 - L'utilité aux autres.....	96
3 - Une dimension politique.....	97

4 - Réconcilier l'inconciliable	99
5 - Le dépassement d'une limite personnelle	99
Les effets des Aspirations sur la motivation au travail	101
Un bilan des différentes familles de réponse au rendez-vous 3 ...	104
Le surinvestissement (stratégie A)	104
La reconversion (stratégie B)	106
Le retrait (stratégie C).....	107
L'investissement possible des Aspirations	108
Chapitre 6 - Le dernier rendez-vous	
de la vie professionnelle : prendre sa retraite	111
Un miroir inversé du rendez-vous 1	111
Les différentes approches de ce rendez-vous	113
Une continuité possible vie active-retraite ?	115
Chapitre 7 - Obligations - Initiatives - Aspirations	
et modèle en S : que faire maintenant ?.....	121
Retour d'exploration : les enseignements clés	122
Apprendre à se positionner : quizz d'auto-positionnement	129
Guide des actions prioritaires à mettre en œuvre	
à chaque période de vie professionnelle.....	133
1 - Première partie de vie professionnelle :	
les actions prioritaires	134
2 - Deuxième partie de vie professionnelle :	
les actions prioritaires	134
3 - Crise du milieu de vie professionnelle :	
les actions prioritaires	135
4 - Troisième partie de ma vie professionnelle :	
les actions prioritaires possibles.....	136
Conclusion	139
Bibliographie	143
Enquête sur la motivation au travail	145
À propos des auteurs	148