

SOMMAIRE

Introduction.....	11
Chapitre 1 - Nouvelle carte, nouvelle boussole.....	17
L'approche par la génération : une fausse piste	17
La bonne piste : âge et crise du travail	20
Et si on regardait le travail autrement ?	25
La boussole : Obligations / Initiatives / Aspirations	26
Les Obligations	27
Les Initiatives	29
Les Aspirations.....	31
Le S : une nouvelle carte pour un nouveau territoire	33
Chapitre 2 - La première partie de vie professionnelle.....	37
L'investissement des Obligations.....	38
L'élan initial pour les Obligations	41
A - Les Obligations ou la confiance en soi	42
B - Les Obligations ou l'inclusion sociale : être relié	43
C - Les Obligations : moyen d'apprentissage	45
Maturation : la progression dans les Obligations	48
Moteur 1 : gagner de l'argent.....	49
Moteur 2 : progresser dans l'entreprise et la société	49
Moteur 3 : être reconnu pour ses savoir-faire	50
Saturation : l'essoufflement de l'investissement des Obligations	54
Chapitre 3 - La deuxième partie de vie professionnelle	59
L'investissement des Initiatives.....	60
Élan initial : un besoin exacerbé d'Initiatives	64

Maturation.....	67
Les Initiatives managériales.....	68
Les Initiatives projet	69
La gestion d'activité.....	70
Les Initiatives personnelles	71
La saturation des Initiatives	74
Chapitre 4 - La crise du milieu de vie professionnelle.....	79
Un retournement inattendu	80
Les symptômes de la crise du milieu de vie professionnelle	83
1 - Un sentiment de routine et d'ennui	83
2 - Une tension croissante avec la hiérarchie et les relations professionnelles	85
3 - La perte d'un certain sens et l'absence de perspectives ...	88
4 - Les projets « bulles »	88
Les causes de la crise	89
Les stratégies de réponse : étouffement, retrait ou rupture	92
A – Le surinvestissement des Obligations et du travail ou l'étouffement de la crise	94
B – La reconversion ou le retour à la case départ	96
C – Retrait.....	98
Chapitre 5 - La troisième partie de vie professionnelle.....	101
Un possible investissement des Aspirations	101
Les cinq caractéristiques clés des Aspirations.....	105
1 - L'innovation individuelle	105
2 - L'utilité aux autres	106
3 - Une dimension politique.....	107
4 - Réconcilier l'inconciliable	109
5 - Le dépassement d'une limite personnelle.....	109
Les effets des Aspirations sur la motivation au travail	112
Un bilan des différentes familles de réponse au rendez-vous 3	115

Le surinvestissement (stratégie A)	115
La reconversion (stratégie B)	117
Le retrait (stratégie C)	118
L'investissement possible des Aspirations	120
Chapitre 6 - Le dernier rendez-vous de la vie professionnelle : prendre sa retraite	123
Un miroir inversé du rendez-vous 1	123
Les différentes approches de ce rendez-vous	126
Une continuité possible vie active-retraite ?	127
Chapitre 7 - Obligations – Initiatives – Aspirations et modèle en S : que faire maintenant ?	133
Retour d'exploration : les enseignements clés	134
Apprendre à se positionner : quizz d'auto-positionnement	142
Guide des actions prioritaires à mettre en œuvre à chaque période de vie professionnelle	146
1 - Première partie de vie professionnelle : les actions prioritaires	146
2 - Deuxième partie de vie professionnelle : les actions prioritaires	147
3 - Crise du milieu de vie professionnelle : les actions prioritaires	148
4 - Troisième partie de ma vie professionnelle : les actions prioritaires possibles	149
Conclusion	151
Bibliographie	155
Annexe – Enquête sur la motivation au travail	159
À propos des auteurs	163