

# Sommaire

Introduction.....	11
<b>Chapitre 1 - Nouvelle carte, nouvelle boussole.....</b>	<b>17</b>
Le travail est en crise.....	17
Et si on regardait le travail autrement ?.....	21
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
<b>Chapitre 2 - La première partie de vie professionnelle.....</b>	<b>33</b>
L'investissement des Obligations.....	34
L'élan initial pour les Obligations.....	36
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.....	44
Moteur 3 : être reconnu pour ses savoir-faire.....	45
Saturation : l'essoufflement de l'investissement des Obligations.....	48

<b>Chapitre 3 - La deuxième partie de vie professionnelle</b> .....	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.....	63
La saturation des Initiatives .....	66
<b>Chapitre 4 - La crise du milieu de vie professionnelle</b> .....	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 .....	80
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 .....	88
<b>Chapitre 5 - La troisième partie de vie professionnelle</b> .....	91
Un possible investissement des Aspirations.....	91
Les cinq caractéristiques clés des Aspirations .....	94
1 - L'innovation individuelle.....	94
2 - L'utilité aux autres.....	96
3 - Une dimension politique .....	96
4 - Réconcilier l'inconciliable.....	98
5 - Le dépassement d'une limite personnelle .....	99
Les effets des Aspirations sur la motivation au travail.....	100

Un bilan des différentes familles de réponse au rendez-vous 3.....	103
Le surinvestissement (stratégie A).....	104
La reconversion (stratégie B).....	105
Le retrait (stratégie C).....	106
L'investissement possible des Aspirations.....	107
<b>Chapitre 6 - Le dernier rendez-vous de la vie professionnelle : prendre sa retraite</b> .....	111
Un miroir inversé du rendez-vous 1.....	111
Les différentes approches de ce rendez-vous.....	113
Une continuité possible vie active-retraite ?.....	115
<b>Chapitre 7 - Obligations - Initiatives - Aspirations et modèle en S : que faire maintenant ?</b> .....	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.....	134
1 - Première partie de vie professionnelle : les actions prioritaires ..	134
2 - Deuxième partie de vie professionnelle : les actions prioritaires ..	135
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.....	141
Annexe - Enquête sur la motivation au travail.....	143
À propos des auteurs .....	146