

Sommaire

Avant-propos	5
Table des schémas	11
Introduction	13
Étape 1	
Prenez la mesure de votre environnement	19
Sachez où vous mettez les pieds	20
Intégrez les nouvelles exigences	21
<i>Engagez-vous</i>	21
<i>Soyez performant</i>	22
<i>Mettez en avant votre talent</i>	23
<i>Soyez flexible</i>	24
<i>Soyez multitâche</i>	24
Maîtrisez une situation professionnelle de moins en moins stable	25
<i>Reconsidérez la notion de carrière</i>	25
<i>Développez votre expertise</i>	26
<i>Gérez l'instabilité</i>	27
<i>Acceptez l'incertitude</i>	27
Apprenez à vous rendre attractif	28
<i>Construisez une performance visible</i>	28
<i>Définissez vos règles pour être maître du jeu</i>	28
<i>Protégez-vous</i>	29
Étape 2	
Partez à la découverte de vous-même	31
Identifiez vos compétences	32
Définissez votre zone de confort et votre zone de risque	35
<i>Qu'est-ce qu'une zone de confort ?</i>	35
<i>Comment vous en servir ?</i>	36
Identifiez vos motivations	40
Acceptez l'incertitude et le changement	43
<i>Analysez les conséquences</i>	43

<i>Consolidez votre base : le point de référence</i>	45
<i>Saisissez les opportunités</i>	47
<i>Étendez votre zone d'autonomie</i>	49
Déterminez votre plan de progression personnelle	50
<i>Qu'est-ce que le plan de progression personnelle ?</i>	51
<i>Comment établir votre plan de progression personnelle ?</i>	52
Étape 3	
Apprenez à vous vendre	61
Rendez-vous unique	62
<i>Identifiez vos caractéristiques</i>	63
<i>Acceptez-vous</i>	63
<i>Différenciez-vous</i>	65
Tout n'est pas bon à prendre, ciblez	68
<i>Pourquoi ?</i>	68
<i>Que devez-vous prendre en compte ?</i>	71
<i>La culture d'entreprise</i>	77
Définissez votre valeur	78
Faites-vous connaître... et reconnaitre	82
<i>Faites de votre CV un support de vente</i>	83
<i>Apprenez à tirer le meilleur parti de votre expérience professionnelle</i>	85
Préparez-vous à la négociation et au rapport de force	88
Étape 4	
Jouez pour gagner !	95
Entrez et restez dans la partie	96
<i>Prenez en main votre processus de recrutement</i>	96
<i>Réussissez votre arrivée dans l'entreprise</i>	99
Gérez votre départ de l'entreprise	108
<i>Choisissez de partir ou de rester</i>	108
<i>Gérez les transitions</i>	115
Étape 5	
Apprenez à tenir la distance	119
La chasse aux idées reçues en matière de formation initiale ou continue	119
Mesurez votre degré d'employabilité	122
<i>Qu'est-ce que l'employabilité ?</i>	122
<i>Comment la mesurer ?</i>	123
Privilégiez votre développement personnel	124
<i>Qui est responsable de quoi ?</i>	125
<i>Construisez votre matrice SWOT</i>	126
<i>Quoi et comment apprendre ?</i>	128

Étape 6

Sachez vous entourer	151
Le réseau : définition et rôle	151
<i>Qu'est-ce qu'un réseau ?</i>	151
<i>Les rôles du réseau</i>	154
Le réseau : de la mise en place au développement	158
<i>Mettez en place votre réseau</i>	158
<i>Entretenez votre réseau</i>	161

Étape 7

Soyez heureux !	165
Votre équilibre est source de cohérence	166
<i>Préférez l'équilibre à l'opposition</i>	166
<i>Identifiez et traitez les risques de dérapage</i>	169
L'équilibre vie privée/vie professionnelle : une problématique d'entreprise	173
<i>Performance et stress : un mélange à manipuler avec précaution</i>	173
<i>Recruter, garder et faire évoluer les mentalités</i>	174

Conclusion

Et la chance dans tout cela ?	181
--	-----

Index	183
--------------------	-----