

VERSION
«LITE»
POUR LES LECTEURS
CHARRETTE



Princess Unchained

5 ÉTAPES POUR
SE RÉALISER SOI-MÊME
AU TRAVAIL

LE TALK



THUNDER
PHILOSOPHER

© THUNDER PHILOSOPHER

INTRODUCTION

«UN HÉROS ! JE NE SAIS PAS TROP CE QUE C'EST ; MAIS, VOIS-TU, J'IMAGINE : UN HÉROS, C'EST CELUI QUI FAIT CE QU'IL PEUT. LES AUTRES NE LE FONT PAS.»

Romain Rolland

«I NEED A HERO !»

Le travail est en danger !

Certains n'en ont pas, certains en ont trop, certains n'en ont pas assez. Certains ne le reconnaissent plus parce qu'il divisé, digitalisé, déplacé.

Et nous écartelés ! Ecartelés entre nos idées et la réalité sur le travail.

Parce que ce regard et ces croyances sont **des idées** nées dans un autre temps, il y a longtemps... Elles ont été transmises par nos rituels familiaux, par les croyances sociales

de notre système et l'organisation économique du XXe siècle.

Mais la réalité est tout autre chose : le monde du travail a plus changé en 10 ans qu'il n'a changé en 100 ans.

Alors comme s'épanouir au travail dans un monde malade du travail ?

«*I need a hero !*» chante Bonnie Tyler.

Et le héros c'est vous.

MAIS POUR QUELLE QUÊTE ?

Derrière **l'épanouissement individuel au travail** se cache **la quête du sens**.

Posez-moi la question s'il vous plaît : **qu'est-ce qu'un travail qui du sens ?**

Je vous réponds : «c'est un travail qui vous fait aller dans le bon sens...»

Et quand vous êtes dans le bon sens, vous êtes bien, vous vous sentez bien.

Aller dans le bon sens est donc la clé.

Mais le bon sens, c'est où ?

L'INTERSECTION ENTRE LE DEHORS ET LE DEDANS

Et si nous choisissons notre destination professionnelle comme nous choisissons un voyage de vacances. En un mot, concilier.

Les vacances c'est toujours concilier. Concilier ce que je veux, ce que ma famille veut, avec mon budget, mes cinq jours, la saison des pluies et le visa... Alors concilier sa destination professionnelle, ça donne quoi ?

C'est l'intersection entre le dehors et le dedans, c'est à dire entre les sphères matérielle (le marché), personnelle (besoins, désirs...) et existentielle (vocation, intérêt général...).

Et cette intersection est intime. A chacun de la faire.

Et cette intersection, il faut la faire ! Pour éviter dans sa carrière **l'effet Zombie, l'effet Galaad et l'effet Grand Coquin.**

L'intersection, dans mon quotidien, comment ?

PASSER DE LA QUÊTE À LA CONQUÊTE : NOTRE MÉTHODE

Notre méthode est la synthèse de différentes expériences : cinq années de travail en tant que conseil carrière dans une grande Business School (EDHEC), coach conseil de dirigeant en réinvention de carrière, professeur à la School of Life Paris.

Au total, près de 500 entretiens, rencontres et cas concrets ont été réalisés : beaucoup de plaisir, parfois des larmes, de la souffrance parce que le travail peut faire mal.

Notre méthode, c'est passer 5 épreuves :

Epreuve 1

Décider

Epreuve 2

Gérer ses deuils

Epreuve 3

Créer une systémique favorable

Epreuve 4

Affirmer ses essentiels

Epreuve 5

Dépasser son homéostasie

ÉPREUVE 1

DÉCIDER



Et si nous pouvions lire notre avenir ? Tout serait plus facile pour décider.

Alors imaginons que l'avenir n'est que le jour présent multiplié par «N», «N» étant notre durée de vie. Que lisez-vous ? Etes-vous satisfait ?

Si oui, je n'ai aucune raison de décider de changer mon présent. Mais je peux donc dire, écrire, sourire, je suis satisfait de mon travail.

Si non, pourquoi ne décidons nous pas de changer notre présent ? Les Trois «Gremlins» du Temps ont un avis. Qui sont-ils ? Que nous disent-ils ?

ÉPREUVE 2

GÉRER SES DEUILS



Quand la décision est prise mais qu'elle reste sans action, c'est une tige sans fleur... Pourquoi ?

La tête a décidé. Ya qu'à !
Mais ce cœur et cette main enchainés ne peuvent agir.

Le cœur c'est la puissance.

«Motion» en anglais - qui nous met en mouvement. Mais le cœur enchainé, **c'est l'impuissance parce que sous l'influence de mes conflits de loyauté.**

La main c'est la puissance.

Dans le mythe de Prométhée, la main vaut toutes les griffes et les crocs du monde précisément parce qu'elle n'en est aucun. Mais la main enchainée, **c'est l'impuissance parce que sous l'influence de mon «effet bobsleigh» !** Mais nous verrons cela.

Libérez le cœur et la main !
Comment ?

ÉPREUVE 3

CRÉER UNE SYSTÉMIQUE FAVORABLE



La fleur a besoin de conditions favorables pour pousser, un écosystème, dirait Monsieur Raymond - mon professeur de biologie.
Notre action aussi.

Qu'en est-il de notre écosystème ? En quoi amitiés, amour, encadrement professionnel, équipe de travail peuvent créer les conditions favorables ou défavorables à l'action.

Qu'en dirait Monsieur Baud - mon professeur de mathématiques ?

Soit l'égalité suivante : $L1 = P1 = M1$

Avec :

L1 : lieu donné

P1 : groupe social donné

M1 : moi professionnel donné

Comment M1 peut-il s'y prendre pour devenir M2 ?

ÉPREUVE 4

AFFIRMER SES ESSENTIELS

Les fleurs éclosent parce qu'elles regardent le soleil. Il s'agit de découvrir pour nous **ce qui est essentiel** pour aller dans la bonne direction et s'ouvrir.



Vous voilà jardinier.

Il y a des fleurs à cueillir : l'argent, la reconnaissance, les talents - enfouis dedans et qui nourrissent dehors et **les valeureuses** - ces valeurs aiguisées comme des épées pour vous défendre des voleurs d'essence...

Quel beau bouquet !
Vous sentez ? Vous ressentez ?

ÉPREUVE 5

DÉPASSER SON HOMÉOSTASIE



La fleur est ouverte.
Comme la porte d'une
cage.
Mais pourquoi ne
prenons nous pas
notre envol ?

Quand nous avons tout pour réussir,
nous avons tout pour échouer.

C'est l'homéostasie.

Du grec, *hómoios*, « similaire
» et *estásis*, « stabilité, action
de se tenir debout ».

En d'autres termes, c'est
**l'intérêt d'un système
à ne pas changer.
Et je suis moi même
un système...**

Qui, en moi, à intérêt à
ne pas changer ?

Elles se nomment les trois
vilaines : la paresseuse, la
peureuse, le monstrueuse.

Comment s'en libérer ?

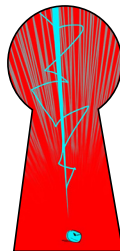
CONCLUSION

Le héros transforme le monde qui l'entoure en suivant son idéal.

Il se transformera lui même en conséquence.

Si votre idéal est l'épanouissement individuel au travail...

**QUE DÉCIDEZ-VOUS DE
TRANSFORMER DANS VOTRE
QUOTIDIEN OPÉRATIONNEL ?**



RETROUVEZ-NOUS
SUR
THUNDERPHILOSOPHER.COM

