



PETIT
GUIDE DE
L'ÉTUDIANT
INNOVANT

*COMMENT SORTIR DU LOT ET DEVENIR
QUELQU'UN AVANT LA FIN DE SES ÉTUDES.*

ADRIEN BELHOMME
STÉPHANE LAUTISSIER

Introduction

Je me souviens de mes réflexions l'année du bac. Je m'interrogeais sur mon avenir, sur ce que je voulais faire. Je n'avais pas vraiment d'idée et comme certains de mes amis étaient en école de commerce, j'ai pensé que j'allais me plaire là-bas. J'ai donc passé les concours et choisis la meilleure école qui s'offrait à moi. Je me souviens d'avoir eu une note à peine au dessus de la moyenne lors de mon entretien de motivation. J'ai simplement pensé que j'avais en partie raté mon entretien. Aujourd'hui, je sais pourquoi j'ai eu cette note: je n'étais tout simplement pas motivé.

Parce que je ne savais pas ce que je souhaitais faire. Je n'arrivais pas à comprendre ou j'allais. Je cherchais ce qui me correspondait, ce que j'aimais. Je me cherchais, tout simplement.

J'en ai profité pour sortir (beaucoup), et rencontrer plein d'étudiants, mais la plupart étaient dans la même situation que moi. Je découvrais donc beaucoup à cette époque, mais je savais aussi que ce n'était pas pour moi. Je n'avais pas encore trouvé.

Mais il y avait une chose dont j'étais persuadé, c'était d'avoir envie. J'avais soif d'apprendre, de rencontrer, de savoir.

Je voulais aussi m'ouvrir le plus possible, m'aider de l'extérieur pour comprendre qui j'étais à l'intérieur.

Et c'est ce qui m'a aidé. Cette volonté de toujours vouloir m'en sortir, de voir plus loin.

J'ai toujours eu la volonté de créer quelque chose. De lancer mon projet, de concrétiser ma vision.

Cependant sur le moment c'est dur. D'abord parce que j'avais peur de me lancer, peur de montrer au monde qui j'étais. Et puis je ne savais pas pour où commencer.

Les questions sont nombreuses à ce moment: « Suis-prêt pour lancer une entreprise ? Que se passera t-il si j'échoue ? ».

Et j'ai vite compris que ces questions venaient de ma peur. De la peur de l'échec.

La seule façon de passer à l'action est de commencer à agir. Parce que je me suis rendu compte que l'on échoue forcément à un moment. Mais que ce n'est absolument pas grave. Parce que l'on aura vécu une superbe aventure, rencontrer des gens extraordinaires et saisi une opportunité.

2

Et finalement... c'est souvent après un échec que l'on a les meilleures idées. L'échec permet de mieux comprendre ses défauts et qualités et ce n'est qu'un passage. Ce n'est qu'une étape vers sa vie future.

Petit à petit, j'ai commencé à voir plus clair, être lucide sur ma situation et mon avenir. Et je me suis lancé. Au début j'ai vraiment lutté contre moi-même. Contre mes craintes et mes contradictions.

Mais les rencontres m'ont aidé. S'ouvrir à la différence permet de réaliser que ses peurs ne sont que des croyances. Elles n'existent que dans notre esprit.

Je me suis découvert et j'ai surtout commencé à apprécier ma vie. De prendre du plaisir en permanence, chaque jour. Je suis sorti de mon personnage pour créer ma propre vie.

Et je me suis enfin senti moi-même.

C'est à ce moment que j'ai rencontré Stéphane. Il a été là au moment où j'en avais besoin. J'ai pu compter sur lui et suivre ses conseils pour mieux me concentrer et prendre confiance. Aller plus loin.

C'était la personne idéale pour parler de ce sujet, lui qui a longtemps suivi et guidé les étudiants.

Ce petit guide d'exploration n'est donc pas un recueil de leçon. Il est un guide de passage à l'action. Nous l'avons pensé comme un livre permettant de trouver son chemin, sa passion. Parce que trouver sa passion et savoir ce que l'on souhaite faire, ça n'a pas de prix. J'ai trouvé ma voie.

Et toi, es-tu prêt ?

1) Explore !

L'intro en 140 caractères

Bienvenue sur ton nouveau territoire. Toi explorateur ? Dis-toi que la vie et ta formation notamment sont d'abord des univers à découvrir.

Have you met: Laure, Steve et Joël ?

Laure ne connaissait rien à l'innovation sociale quand elle est venue à un apéro « social creators ». Elle avait vite fait entendu parler d'un univers différent du cadre classique des entreprises : la notion d'autrement a émoustillé son intérêt. Elle est venue et a pu échanger avec des membres présents : managers dans de grandes entreprises, entrepreneurs sociaux, coachs ou bien chercheurs étaient là pour partager leurs pratiques et leurs besoins autour d'étudiants venus s'intéresser de plus près à ce Nouveau Monde.

Au détour d'une discussion, elle a pu découvrir le besoin d'un entrepreneur, les Jardins de Cocagne, qui désirent effectuer une étude de marché pour leur diversification. Après avoir vérifié auprès de ses enseignants qu'elle serait apte, Laure a proposé ses services à l'entreprise. Et réaliser une étude brillante. Cette expérience a été un déclic pour elle : après avoir fait son stage de fin d'études dans un géant de l'alimentaire infantile, elle a décidé de consacrer son projet à la nutrition infantile responsable. Elle fait maintenant un VIE aux Philippines, ce dont elle rêvait.

Facile, nous diras-tu. C'est plus simple de découvrir comment changer sa vie de l'autre côté de la planète, car l'écart culturel est plus grand.

Pourtant, ce n'était pas le cas de Steve Jobs. Tu connais Steve n'est-ce pas ? Sais-tu que Steve a décidé de suivre des cours de typographie vers dix-huit ans ? Il se promenait par hasard sur un campus voisin et a découvert l'art des polices et des caractères. Il s'est immergé complètement dans cette discipline pendant un mois. Ce séminaire l'a tellement marqué, que dix ans plus tard, au moment d'inventer le premier Mac, il s'est rappelé son expérience et il a décidé de s'en servir comme référence inspirante pour son design.

Facile non ?

Connais-tu enfin Joël, avocat dans le quartier de La Madeleine à Paris, qui a changé la vie de SDF en inventant pour eux des pancartes ? En 2007, il a 38 ans, dort peu et mal, préoccupé par ses affaires d'avocat. Il voit tous les jours, au même endroit, cette pauvre femme ridée, un fichu bariolé sur la tête. Soudain, un souvenir d'enfance remonte. Sur un bout de carton déchiré, il écrit au feutre noir : « Je pourrais être votre grand-mère. » Son écriteau a fait le tour de Paris, changé sa vie et inspiré un court-métrage.

Cette histoire prouve une chose : il n'y a jamais de bon moment pour explorer de nouveaux univers. Pour pivoter son regard. Pour chercher à emprunter de nouvelles voies.

Principe clé

Profite de ce moment pour explorer au maximum dans le but de trouver ta passion. En effet, il sera trop tard lorsque tu seras diplômé. Tu n'as pas de temps à perdre.

Beaucoup d'étudiants comptent sur le départ à l'étranger pour découvrir et voyager. Pourtant, le voyage n'est pas une question de kilomètres. Tu n'apprends rien à 6000 km de chez toi si tu n'es pas décidé à t'ouvrir. À contrario, tu peux aussi le faire près de chez toi.

Le champ des super pouvoirs

As-tu déjà vu tes études comme un champ inconnu à explorer ? Pas uniquement comme un tremplin ou une rampe vers le succès ? Dis-toi une chose, trop respecter les codes ne t'y amène pas toujours. Voir l'école comme un voyage à enrichir présente de nombreux avantages et permet de mettre l'accent sur ta propre découverte.

De plus en plus de grandes entreprises (ou pas encore grande, mais innovantes) recherchent des explorateurs. Elles ne le disent pas tel quel, mais elles cherchent des gens capables de s'immerger dans l'inconnu, car leur modèle change au jour le jour. Les grandes entreprises de demain sont celles qui mettent l'agilité et la prise de risque au cœur de leur activité.

Les entrepreneurs recrutent aujourd'hui des personnes passionnées et qui se connaissent. Une grande entreprise du monde informatique, OVH, le dit sans ambages : « on ne cherche pas des gens qui veulent faire carrière, on cherche des passionnés. »

Traduction : des intrapreneurs. Le monde change et attend ses nouveaux acteurs.

Ne pense pas à suivre pour faire carrière. Cela ne marche pas à chaque fois. Une bonne anecdote est l'histoire de Dao Nguyen, directrice de la croissance à BuzzFeed. Dao était une ingénieure et une chef de projet très douée. Elle est rentrée au journal Le Monde en 2006 pour développer le Monde interactif. Ses capacités techniques avec sa vision stratégique de la presse en ligne lui ont permis d'avoir l'estime de toutes les équipes, mais aussi de booster le trafic. Après le départ subit de son directeur, elle a dû quitter le journal par manque de soutien. Aujourd'hui : Dao réalise selon ses dires, chez BuzzFeed ce qu'elle souhaitait mettre en place au Monde. Et elle y réussit.

La leçon est simple : les organisations sont politiques. On ne te retiendra pas, malgré tes compétences. Ou tu ne feras rien d'intéressant si tu te contentes de poser les pas où l'on te le dit.

Le coin du philosophe

Comme dans tout départ, c'est le début qui est difficile. Le simple fait de se lancer. Stéphane se souvient être resté bloqué sur le rocher d'une calanque à dix mètres de l'eau : « parce que je voulais sauter, mais que j'avais réfléchi un temps de trop. Dix minutes, six-cents secondes interminables, avant ensuite de me lancer. Ce qui ne

m'a pas empêché d'avoir peur au début du saut. Cette expérience m'a marqué: maintenant quand je dois me lancer dans le vide (comme sur une Tyrolienne par exemple), je me lance rapidement. Cela m'évite de trop gamberger... Et de me mettre dans un mauvais état d'esprit. »

Nous sommes en train d'entrer dans un Nouveau Monde social et économique. Ce qui est intéressant, c'est que personne n'en connaît encore les règles. Il y a donc énormément de choses à réaliser et tu peux forcer pour trouver les limites, les règles. Tu dois tester et mesurer pour savoir. C'est une opportunité extraordinaire. Le monde n'est plus figé.

« Certains pensent qu'ils font un voyage, en fait, c'est le voyage qui vous fait ou vous défait. » Nicolas Bouvier.

Call to Actions

Il y a bien des sujets que tu peux aborder près de chez toi :

- Dans ton cursus, il existe certains programmes qui permettent de t'immerger dans de nouvelles réalités. Le programme Créenso par exemple a été lancé pour permettre à des étudiants d'accompagner des entrepreneurs sociaux dans le développement de leur activité pendant une année. Regarde attentivement les programmes proposés, ils sont souvent discrètement insérés dans ton cursus et facultatifs.
- As-tu déjà entendu parler des « Tiers lieux »? Derrière cette appellation un peu étrange, digne de Tolkien, il y a des espaces (qui regroupent notamment des coworkers et toute autre personne désireuses de collaborer autour de projets ayant du sens et de travailler autrement, comme « la Paillasse » ou « l'Anticafé »). Ce sont des lieux créatifs et innovants où l'on peut proposer ou se greffer à des projets. Le monde collaboratif permet de s'ouvrir à de nouvelles idées et de nouvelles personnes, idéal pour un nouveau départ.
- Au-delà des associations, qui possèdent un certain confort, n'hésite pas à effectuer des jobs étudiants : outre le fait de subvenir à ses besoins, c'est un outil intéressant pour s'immerger dans de nouveaux univers. Certains restaurants recherchent des postes polyvalents : en « électron libre », il y a matière à découvrir et se découvrir.
- Recherche les événements de « networking » (en tout bien tout honneur) : il y a des « apéros-entrepreneurs » pour découvrir en tant que jeune des entrepreneurs, des « apéros voyageurs » pour échanger avec des globetrotteurs et projeter un voyage éventuel. Tu peux aussi créer le tien.

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

- N'hésite pas à participer à des défis locaux (organisés par la ville ou la collectivité locale). À Lille par exemple, il existe au mois de mai un « Festival de

l'initiative » : c'est une bonne opportunité pour tester et se tester. Des acteurs privés proposent aussi des cycles ateliers pour mieux se découvrir entrepreneur.

Pour conclure

Oui, l'enseignement supérieur n'est pas entièrement nouveau et ressemble à ce que tu connais déjà. Et le risque de reproduire des habitudes est grand. Ce peut être juste une nouvelle ère de cours... mais tu as déjà un atout : papa et maman ne sont pas (sans cesse) derrière toi. C'est **une aire d'exploration intéressante**. Parce que tu ne vis pas sans cesse avec quelqu'un qui te renvoie des comptes à rendre. Tu as **moins à être ce qu'on attend de toi**. Nous, on voit plutôt cela comme **une transition vers ta future vie**. À toi de choisir.

N'imites pas les autres, bien au contraire. Apprends de ceux que tu croises, mais trouve ta propre voie et suis là.

Ne pense pas que tu ne seras pas capable : regarde Steve Jobs qui sans diplôme a réinventé plusieurs secteurs économiques. Et pense à ce qu'il disait aux étudiants de Stanford lors de leur remise de diplôme en 2005 :

« Stay hungry, stay foolish »

2) Expérimente !

L'intro en 140 caractères

Apprendre ? Oui, tu sais... Fatigant. Mais si la clé était de passer son temps à faire de nouvelles choses ? À expérimenter sans cesse. L'apprentissage n'a pas lieu uniquement en cours. On pense à l'apprentissage par l'action.

Have you met: Arnaud, Clément et Victor?

Sais-tu qu'en 2011, Arnaud et Clément, deux étudiants en école de commerce ont décidé de chercher à apprendre autrement ? De manière plus collaborative et participative. De quoi rendre leur cours plus interactif et ouvert sur le monde. Unishared est un projet qui est né de cette attente. La plateforme a été créée afin de faciliter le partage de notes de cours, de retranscriptions de conférences et de commentaires des étudiants. Les deux étudiants ont engagé plusieurs centaines d'étudiants usagers dans leur aventure. Ils ont été sélectionnés à Y Combinator, le plus grand programme d'incubation dans la Silicon Valley. Même si l'aventure s'est arrêtée au bout de deux ans, l'expérience a été extrêmement précieuse pour leur parcours respectif.

Un jour, Victor tombe sur une vidéo de réparation de téléphone portable. Il n'est même pas spécialiste, c'est un de ses amis qui lui a montré. Se disant qu'il peut être intéressant de voir comment on répare la vitre de son iPhone ou un faux contact, il se plonge dans le tutoriel et décide d'expérimenter la méthode. Après quelques essais (réussis) plus tard, il décide de proposer ses services autour de lui. Un ami lui trouvant un local pour l'été, il ouvre sa première boutique éphémère et découvre l'entrepreneuriat.

Principe clé

Si tu attends de trouver ta voie pour faire, tu risques d'attendre longtemps. **Dès que tu vois un sujet sur lequel tu trouves intéressant de creuser, fonce...** Au pire, ce seront des compétences de gagner. Mais tu peux aussi découvrir ta passion et créer ton avenir.

Ne perds pas ton temps en pensant qu'il faut être viable et expert pour commencer à agir. **La légitimité se crée par l'action.** Commence à créer dès que tu le peux. Il n'y a jamais de bon moment pour agir, c'est à toi de le créer.

Le champ des super pouvoirs

Dépêche-toi d'hacker, pourrait être la première leçon. Consommer n'est pas la solution pour construire ses compétences. En effet, s'instruire, lire, se renseigner et regarder des vidéos est un bon moyen de comprendre et de gagner du temps, mais seule la pratique permet de progresser. La première fois est forcément mauvaise, malgré toutes nos connaissances théoriques.

La deuxième est simple : n'attends pas d'être expert sinon tu ne le deviendras jamais ! Être expert ce n'est pas être scolaire.

Tous les hommes qui ont changé la face du monde sont passés par l'expérimentation pour trouver leur voie. Et ne sont pas nés experts.

La « [théorie des 10.000 heures](#) », explique d'ailleurs, que pour maîtriser un domaine, il faut passer 10.000 heures (comme son nom l'indique) soit environ 10 ans de sa vie à pratiquer.

Une loi cette fois, celle de Pareto, nous apprend aussi que 20% de notre temps produit 80% de nos actions. Et de la même façon, pour arriver à maîtriser 80% d'une compétence, cela prend peu de temps. Apprendre un sport et commencer à être bon est rapide. C'est pour devenir excellent, et maîtriser les 20% restant que le chemin est long et difficile. Mais, le meilleur moyen de devenir vraiment bon dans quelque chose est de commencer tôt.

Ne déprime pas ! Ce n'est qu'une mise en perspective.

La jeunesse est un moyen de s'entraîner dans un cadre protégé.

Facile à dire, mais quand même... Tu penses que c'est déjà bien assez de suivre tes cours et d'apprendre des choses complexes. Dis-toi une chose : dans dix ans, tes savoirs seront en partie obsolètes. Par contre, ce que tu apprends maintenant à tenter ne fera que se renforcer.

C'est comme la Tyrolienne à l'accrobranche : le plus important est de se lancer sans trop réfléchir et chercher à tout contrôler. Les difficultés viennent souvent d'une mise à distance des tâches à réaliser et de leur idéalisation. En se confrontant sans idée préconçue et en cherchant à fonctionner simplement, avec légèreté et naïveté, on s'approprie souvent un objet. Par contre, quand tu es lancé, reste concentré sur l'ouvrage et tâche d'en venir à bout même si cela ne correspond pas à tes attentes de départ. Comme dit le mantra de Facebook : « Done is better than perfect. »

Le coin du philosophe

Tu te souviens quand tu étais fou d'arriver au jardin d'enfants. Pas que pour jouer. À apprendre aussi à découvrir de nouveaux jeux. C'est ce même plaisir qu'avait Steve Jobs à son adolescence. Tâtonner pour découvrir de nouveaux outils électroniques. Simplement pour voir, pour explorer, pour expérimenter.

Apprendre est ton métier actuel ? Mais qu'est ce que cela veut dire ? Une réponse pourrait être : savoir mettre en perspective. Et la manière meilleure de le faire est de faire pour tester. Comment ? Bizarrement, il y a plein de possibilités autour de toi juste à portée de main.

Tu es encore dans le cocon familial ou du moins celui de l'école. Cela peut être une chance comme un danger.

La psychologue Meg Jay a étudié les tensions chez les jeunes adultes et identifié une attitude étonnante de refus de décision importante. La leçon est forte : fais, tente, il y aura des erreurs, mais ce sont ces expériences qui vont te rendre plus fort. Voir le TED talk: « **Why 30 is not the new 20** » ([ici](#)).

Call to Actions

- **Aborde les problématiques du quotidien.** Toute entreprise part d'un constat simple: j'ai un problème dans ma vie et je ne suis surement pas le seul à l'avoir. Il y a une aventure derrière chaque action : réparer, recycler, partager la nourriture et même partager sa machine à laver.
- Près de chez toi ou de ton campus, il existe surement un « fablab » (surement à proximité d'un lieu de coworking). C'est un endroit où tu peux aisément bricoler, trouver de l'aide et participer à des projets artisanaux. Ici une devise : « on fait ». Autre piste : les hackathons sont des moments de contributions intéressants pour qui veut découvrir et pratiquer. Ne pas avoir peur : on peut commencer dès sa première année et sans être connaisseur en informatique.
- Aujourd'hui, **Internet regorge de projets divers et variés.** Il n'y qu'à ouvrir des portes jusqu'à en trouver un qui te correspond. Le meilleur site aujourd'hui dans ce but est meetup.com. Il y a plein de groupes qui se réunissent réellement autour d'un thème, avec des gens et des présentateurs passionnés.
- Finalement, **commence par des petits pas.** Questionne-toi sur ce qui t'intéresse et que tu aimerais développer. Puis fais un premier pas dans ce sens, même si ça te semble futile ou inutile.

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

Crée un groupe « Meetup » : sur la célèbre plateforme de networking thématique, identifie un sujet qui te parle et organise un rendez-vous événement qui permettra à des pairs de se retrouver.

Pour conclure

Ça se passe mal une fois ? Dois-tu en déduire que ce n'est pas pour toi, que tu es mauvais ? Non, simplement tu vas devoir travailler dur si tu veux t'améliorer et que c'est vraiment ce que tu as choisi de faire. Si nous étions tous découragés par un échec, le monde serait plein de gens à quatre pattes, décourager par l'apprentissage de marcher sur deux jambes. N'oublie pas que les bébés tombent en moyenne deux-mille fois avant de savoir marcher. **Serais-tu moins courageux qu'un bébé ?**

Sors de ta zone de confort et fait des choses qui t'effraient (pour différentes raisons) est un bon point de départ. Du moment que tu sens que tu as une sensation

10

d'aventure qui t'envahit alors tu es en dehors de ta zone de confort. Élargis cette zone le plus possible pour être confiant dans toutes les situations.

Le plus important est l'état d'esprit. Pense à la devise d'Eleanor Roosevelt : **«Chaque jour, fais quelque chose qui t'effraie** »... mais aussi à celle de Mark Twain : **« Ils ne savaient pas que c'était impossible. C'est pour ça qu'ils l'ont fait. »**

3) Pars à la rencontre !

L'intro en 140 caractères

Qui se rend compte que la plupart des événements et des projets incroyables que nous vivons sont nés d'une rencontre improbable ?

Have you met: Mathilde et Sophie

Sophie est étudiante en sociologie à l'école Normale Supérieure. Elle est passionnée par l'habitus (ce mot un peu bizarre qui désigne son cadre culturel d'origine), mais cherche surtout les bons outils pour s'en détacher. Elle aime aussi les expériences concrètes, mais ne voyait pas jusqu'à l'été 2014 comment résoudre cette équation. Elle a découvert le programme « Ticket for Change », une sorte de voyage initiatique en France destiné à accompagner cinquante étudiants sur un futur projet d'entrepreneuriat social. Le voyage reposait sur une maturation progressive de leur projet, mais surtout sur la rencontre de personnalités inspirantes (très connus ou peu encore) dans des lieux différents. Dans chacune des cinq villes, les cinquante étudiants ou jeunes ont pu découvrir des parcours improbables, mais aussi des jeunes comme eux, avec des aspirations différentes. Cinquante projets, cinquante personnalités. Et la possibilité de grandir humainement au contact de pairs embarqués dans le même tremplin. (Tu peux trouver des témoignages inspirants [ici](#).)

C'est la rencontre qui permet de murir son projet. Mieux, comme dirait Sophie, c'est de sortir de son "habitus". Qu'est ce que cela veut dire ? Ton habitus définit ta manière d'être, ta disposition d'esprit issu de ton tissu social et culturel.

C'est une chance souvent quand on arrive en école supérieure, car cela permet de ne pas être perdu, mais cela peut aussi être un poids et un poison, qui t'empêche de grandir.

Est-ce que [Muhammad Yunus](#), créateur du microcrédit, se limite à être financier et vivre confortablement parmi ses pairs ?

Prenons l'exemple de **Mathilde** que Stéphane avait croisé en école. Après avoir atterri dans un afterworks dédié au voyage solidaire, elle découvre New Cityzens, une jeune asso qui veut créer le déclic chez les jeunes et leur donner envie de devenir acteurs de changement grâce à la rencontre de citoyens passionnés. Elle s'intéresse au programme et leur propose un coup de main sur leur communication. En parallèle, Mathilde réalise un challenge de business model dans un cours de « modèle économique alternatif ». Enfin, elle planifie dans le cadre de sa première année de master, un échange à l'étranger à Madagascar où elle continuera à développer du contenu pour l'association.

Cette belle histoire a un fil rouge : celui d'une volonté d'approfondir une expérience originale et de faire grandir ses talents comme la relation commune. Si Mathilde n'avait pas décidé de se promener dans les afterworks, d'aller explorer différents lieux ou espaces de rencontres, et si elle ne s'était pas investie ainsi, elle n'aurait pas trouvé un terrain d'expérience qui lui plaisait.

Elle a toujours cherché à pousser la porte d'une entité qu'elle ne connaissait pas. Pour mieux cultiver ses différences et mieux comprendre ses passions.

Principe clé

Développe ton talent empathique et crée du contact avant de développer des relations. On se crée ainsi plus de facilité d'évolution, car **on devient plus habile socialement** parlant et l'on ouvre son réseau.

1) Humainement: on ne peut être riche de plusieurs vies, d'empathie et d'intelligence sociale sans éprouver des situations, des réalités sociales différentes.

2) Professionnellement: savoir, comprendre et interagir avec différentes cultures est aujourd'hui primordial dans un monde globalisé. Tu dois être capable de t'adapter aux différentes situations et à chaque personne pour réussir tes projets professionnels.

La zone des super pouvoirs

Réfléchis à la façon dont tu as rencontré tes amis. La première fois, c'est simple : tous les gens sont des inconnus. Il faut briser la glace pour créer un échange, pour créer un sentiment commun, pour qu'une relation débute. **Toutes les histoires commencent par un inconfort, par une gêne voire un malaise.** C'est le petit vertige avant le saut entre deux pans d'une montagne. Mais soyons honnêtes : c'est de ce malaise que vient le plaisir de la relation nouvelle. Car le plaisir repose sur la différence et le fait de sortir de ses habitudes, de son cercle social et finalement bousculer sa culture pour mieux l'enrichir.

Est-ce que Ross serait devenu ami avec Joey s'il s'était limité à son réseau habituel ? (Oui il s'agit de la série Friends, mais qui peut dire que leurs vies ne sont pas crédibles et connues de millions de personnes ?)

Parlons aussi de **se rendre utile**. Pour rencontrer, voyager, il faut aussi se préparer. Si tu veux rencontrer, cela implique que les gens vont aussi te découvrir toi. Et à ce niveau-là, il vaut mieux être intéressant.

On peut stocker son lot d'histoires imaginaires à la Barney Stinson. Mais, cela comporte un haut niveau de risque et de folie mentale.

S'engager auprès des gens pour devenir une opportunité. Si tu veux vraiment rencontrer des gens intéressants, il faut que tu apportes quelque chose. S'engager avec les gens, c'est déjà devenir une opportunité pour les autres. On a souvent l'habitude de faire les choses à moitié. En cours par exemple, tu ne t'engages pas vraiment, tu fais souvent le nécessaire, sans chercher à creuser pour améliorer le travail. Maintenant, il faut que tu commences à aller au bout des choses et même plus loin.

Évite le danger majeur : n'aie pas peur de déranger. Trop peu de jeunes cherchent à oser. Normal: c'est le réflexe du « cocon » qu'on leur a conseillé de suivre (et qu'il suive agréablement avec leur confort). Adrien est le premier à en témoigner : « j'ai perdu trop de temps à suivre les potes en soirée avant de suivre mon instinct. Pourtant ma curiosité ne cherchait qu'à se nourrir au contact des autres ».

Même si l'on enseigne maintenant à prendre des risques et tenter, les jeunes diplômés continuent de mener des carrières ou les risques sont rares.

Attention cependant, avant notre société valorisait les gens qui étaient lisses, qui ne faisaient pas d'erreur et respectaient les règles (bon, soyons réalistes : les photos Facebook sont toujours aussi mal vues je te rassure). **Maintenant, on recherche les gens qui ont un réseau, et qui sont capables de s'interconnecter** dans des communautés (de tricot, de sport, d'aide à des handicapés, à toi de choisir) peu importe, mais qui ont une existence sociale. Et surtout qui n'hésite pas aller au contact pour **comprendre comment ses relations existent, évoluent**.

Alors un bon conseil : oublie Internet. Si, si, au moins pour le moment. **Connecté veut dire « en contact », c'est-à-dire présent, concerné, concentré.** Internet n'est qu'un outil pour accélérer ce but, pas une fin en soi. Pour se connecter aux autres, rien de mieux qu'une rencontre et une relation dans la vraie vie.

Le coin du philosophe

Connais-tu George Bailey ? C'est un personnage de « la vie est belle » de Franck Capra. George est promis à un bel avenir, mais se voit contrarié par le sort, le sacrifice familial et le don à sa communauté. Au final, George, homme brillant, n'a pas eu la vie qu'il aurait pu ou de l'avoir. Mais il n'a pas tout perdu au change. Pourquoi ? Parce qu'il s'est investi pour les autres. Quelle est la leçon ? Qu'est-ce que l'effet George Bailey ? **Si tu aides les gens, ils finissent par t'aider en retour.** Donc, plante le plus de graines possible et deviens une opportunité pour les gens. Pour récolter, il faut déjà semer.

Tous les gens ne t'aideront pas en retour, mais ce n'est pas important, suffisamment seront reconnaissant pour que tu sois plus riche sur tous les plans. Pars de ce principe. Tu gagneras bien plus que de la reconnaissance et tu seras heureux d'oeuvrer au bien-être commun. La gratitude comporte cette part de gratuité. Si tu donnes, tu ne dois rien attendre en retour, donner ne doit pas être un calcul, mais avoir pour but de rendre meilleure la vie de quelqu'un.

Call to Actions

Pas de mission spécifique à relever, mais quelques principes simples à cultiver :

1) **L'empathie**: cherche à comprendre les gens, **pose des questions et intéresse-toi aux réponses**

2) **La proximité**: **recherche le contact régulier**, même court, **sois à portée de main pour participer** à la relation, engage-toi dans les conversations aussi souvent que possible.

3) **La loyauté**: **montre que tu es présent dans les grands moments**, notamment les plus durs, que tu sais trouver des solutions fortes.

En parallèle, repère les événements qui ont lieu sur le campus et fais-toi un plaisir d'aller découvrir qui y participe. Ce n'est pas toujours intéressant, mais c'est souvent dans ces zones d'incertitudes qu'on fait les meilleures rencontres...

N'hésite pas à aller voir tes amis sur d'autres campus (cela implique que tu en aies mais là aussi ça se cultive et les occasions existent de travailler en « interécoles »). Et regarde aussi les événements qui sont organisés : certains d'entre eux correspondent à ta sensibilité ou un univers que tu souhaites mieux connaître. Une chose est sûre : évite le « J'ai piscine ». Ce n'est pas parce que tu connais peu de personnes que tu ne peux pas profiter de l'évènement et de ses rencontres. Au contraire, c'est le plus souvent en étant seul qu'on se lance plus facilement dans la discussion. Et puis, n'oublie pas, ce n'est que du plaisir au final...

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

Comme cette entrepreneuse, envoie une lettre ou un mail aux auteurs des livres que tu lis (quand ils sont vivants bien sûr)... et que tu aimes. Si ta lettre est bien tournée, c'est un bon moyen de se faire de nouvelles amitiés.

Lance-toi le défi de contacter un inconnu chaque jour dans un domaine qui t'intéresse. Ou un défi du type parler aux personnes dans la file d'attente au supermarché et de trouver une chose en commun (Adrien a trouvé son stage de cette façon).

Pour conclure

Développe ton art du contact. Pourquoi ? Parce que cela permet de satisfaire un besoin premier : nourrir sa sociabilité et son interdépendance. Ensuite parce que cela nous permet de nouer des relations profondes de coopérations. Et ces besoins sont de plus en plus forts, car les projets d'aujourd'hui demandent des ressources croissantes et de la polyvalence.

Au final, c'est un travail à faire sur toi-même. Parfois exigeant, mais souvent passionnant et qui t'apportera beaucoup.

Comme le disait Charles Dubos: "Il s'agit de sacrifier ce que nous sommes à ce que nous pouvons devenir."

4) Joue maintenant !

L'intro en 140 caractères

Et si le meilleur savoir-faire quand on est étudiant, c'était celui de jouer ? À condition de savoir bien le faire.

Have you met: Ryan et Guillaume ?

Ryan a toujours aimé les produits cools, les produits innovants qui viennent tout juste d'émerger et peinent à connaître leurs publics. Ryan a donc créé un espace qui permet de recenser et d'interagir autour de ces objets inspirants. ProductHunt a donc été lancé comme un espace virtuel où les internautes venaient déposer leurs présentations de produits cool et tendance (ou plutôt en passe de le devenir). Un système de notation permettait de savoir quel est le projet le plus attendu. La plateforme est devenue aussi un espace de discussion où les créateurs viennent observer et échanger sur ce qui se dit de leurs inventions. Cela permet de tester son idée de projet avant de le lancer. Le site est tellement puissant aux États-Unis que les fonds d'investissement contactent les numéros 1 de ProductHunt pour aider au lancement du projet et ne pas rater le prochain Twitter.

Le site a été lancé simplement via un Tumblr puis un prototype amélioré par des contributeurs au fur et à mesure de leurs inspirations.

Guillaume est le fondateur de CultCut. L'idée est simple : et s'il existait un site qui recense les meilleures citations animées ? Une bonne manière de faire rire ses amis en perfectionnant sa culture. CultCut est une histoire de cinéphiles qui souhaitent partager et améliorer leurs meilleures répliques à travers un outil sur mesure. Le GIF étant un peu limité, les compères ont créé une séquence vidéo permettant d'être partagé facilement : le GIF augmenté avec de la culture cinéphilie en plus.

Principe clé

Il faut toujours chercher à jouer pour de vrai. C'est-à-dire éviter les mises en situation qui ne comporte aucun enjeu (Candy Crush par exemple).

Et aborde des règles simples : ne te mets pas la pression. Cherche à agir avec légèreté, sans t'offusquer ni être susceptible. Ne cherche à pas à défendre une position ; au contraire, invente de nouvelles manières de faire et d'aborder des situations.

Alors, ta journée pourra retrouver le goût et surtout le plaisir du jeu.

La zone des super pouvoirs

Prendre la vie comme un jeu possède de nombreux avantages. **En premier lieu, il est plus simple de se détendre, car on se prend moins au sérieux.** Cela ne veut pas dire que tu ne dois pas faire les choses sérieusement, mais tout simplement t'autoriser à te détendre. La différence entre jeux et « jeu de la vie » est simple: on ne peut pas tricher. Ce qu'on gagne, c'est ce qu'on a appris par le jeu. Il faut comprendre les règles et provoquer la chance pour gagner.

Gardes de la légèreté : un joueur sait prendre du plaisir et garder de la distance par rapport à ce qu'il fait (même s'il joue la partie à fond... il sait au fond de lui que cela reste un jeu). C'est le meilleur moyen de découvrir les subtilités de la situation et de voir comment résoudre les problèmes.

Repère toutes ces opportunités, quelles qu'elles soient: elles sont de bons outils d'exploration et d'apprentissage. L'enfant joue pour expérimenter, pour apprendre, pour se reprogrammer.

Il joue tout le temps et en changeant la nature des jeux. Et surtout, il joue avec des partenaires, car il ne saurait y avoir de jeu sans complices.

Le coin du philosophe

Te rappelles-tu l'épisode de la série « Friends » où Joey et Chandler jouent leur appartement contre Monica et Rachel (oui nous sommes fans de Friends) ? L'enjeu de ce défi est simple : tester sa bonne connaissance de l'autre et de ses goûts et pratique. Derrière le jeu, un moyen de raffermir le lien avec ses proches et d'optimiser leur connaissance. Le jeu de l'appart permet de proposer trois leviers : appréhension, interconnexion, acquisition.

La vie ressemble à un jeu quand on est petit : on arrive un beau jour sur la case départ et on commence à jouer. Cependant, beaucoup d'entre nous s'arrêtent à l'adolescence et dès lors la vie ne ressemble plus qu'à une longue, longue succession de jours plus ou moins courts...Erreur.

Call to Actions

- Il existe des moyens concrets de jouer au sein même de ton cursus : par exemple les écoles intégrant de plus en plus des "serious game" à la place de leur cours. C'est un bon signe. Certaines même, le font en partenariat avec des entreprises, petites ou moyennes.
- D'ailleurs les entreprises proposent elles même leur propre serious game. Souvent en fin de cursus il est vrai... elles cherchent à identifier les meilleurs talents. Auchan, L'Oréal ou encore Microsoft organise des challenges qui permettent de relever des défis. Microsoft propose aussi d'être un animateur de communauté et d'organiser des événements sur le campus : c'est une bonne façon de tester son talent d'animateur.
- Sur Internet, des plateformes, comme [Studyka](#) ou [Eyeka](#), proposent des défis repérables en fonction de ses goûts et de ses talents. Ces jeux sont cohérents avec ton projet d'étudiant : ils sont de très bonnes opportunités pour te faire repérer pour un futur stage ou emploi.
- En parallèle des associations ou collectifs, tu peux aussi jouer à résoudre des défis d'entrepreneurs sociaux : c'est le cas d'Enactus ou de Make Sense, avec leurs modalités propres , plus souples pour les étudiants.

N'hésite pas à transformer toute situation pédagogique ou autre en jeu potentiel qui permet de prendre du plaisir et d'engager des partenaires...

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

Pour les joueurs, à vocation plus entrepreneuriale, il existe des Startups Weekend qui permettent de s'immerger pendant 54 heures dans l'univers des startups. C'est une expérience intense qu'Adrien a testée (et organise désormais). Et c'est aussi un excellent moyen de rencontrer et se connecter, aussi bien avec les participants que les membres du jury (qui sont souvent des patrons reconnus).

Pour conclure

Ce qu'il faut retenir de ce chapitre est donc simple: jouer permet de comprendre qu'il y a des règles qui régissent la vie comme un jeu. Cela permet de moins se prendre au sérieux, mais de saisir plus de chances de s'amuser...comme de se perfectionner. Mais c'est surtout que le jeu est un plaisir et travailler avec plaisir est la clé du succès.

« Fais ce que tu aimes dans ta vie et tu ne travailleras plus jamais. » Confucius

5) Engage !

L'intro en 140 caractères

Si nos réalisations sont nos succès, elles sont souvent le résultat de nos relations. Et ce que nous faisons pour les rendre hors norme...

Have you met: Adrien ?

En s'intéressant au monde des startups (et notamment un premier projet), Adrien a passé un certain temps dans les nouveaux espaces dédiés comme la Cantine ou le Numa à Paris. Très ouvert, il a échangé avec de nombreux interlocuteurs, présentant ses projets, écoutant ceux des autres, partageant des bons plans ou tout simplement ses idées.

Partager autour de la même passion permet de créer rapidement des liens, car les échanges sont basés sur l'émotion. Créer de l'émotion permet de créer du lien.

Il a régulièrement été volontaire pour aider des personnes sur leur projet, rédiger un article de blog ou participer à des brainstormings pour faire avancer des startups. Cela lui permet de prendre de l'expérience concrète et de créer sa communauté.

Et cela porte ses fruits aujourd'hui, même s'il n'a jamais aidé en attendant en retour. Comme il le dit, beaucoup de gens qui l'aident partagent largement le projet qui l'anime aujourd'hui sur les réseaux sociaux. « C'est maintenant que je me rends compte de la puissance du verbe « donner ». Lorsque l'on se montre disponible et que l'on donne sans rien attendre, les autres sont ensuite beaucoup plus sensibles à ta cause. Certains veulent même m'aider gratuitement pour lancer ma Startup aujourd'hui, car j'ai beaucoup fait pour eux auparavant. »

Lorsque l'on a une passion, il est inutile d'attendre la fin de ses études ou de se sentir prêt. Il n'y a pas de bon moment, l'important est d'essayer et passer à l'action. Il faut aller rencontrer les gens qui vivent la même passion que toi, fréquenter les mêmes lieux et les contacter, sur Internet ou encore mieux, dans le monde réel. Déjeuner, prendre des cafés avec les gens pour discuter. Il n'y a pas à avoir peur, les entrepreneurs que j'ai pu rencontrer étaient ravis d'échanger avec moi. Il faut le faire de la bonne manière, en montrant son intérêt et pourquoi la personne devrait prendre des heures sur son temps précieux pour nous rencontrer. Proposer de l'aide gratuitement par exemple. J'ai aussi proposé à des écrivains de vendre leurs livres pour leur montrer ma détermination. Sois créatif. Et intéresse-toi sincèrement. »

Principe clé

Ne passe pas ta vie à observer les gens qui ont l'air intéressant, mais engage la conversation, provoque et crée des relations qui te correspondent vraiment et qui te porteront.

La zone des super pouvoirs

Trouve ton côté « enchanteur ». Dans une optique d'approche et de relationnel, il faut déjà commencer par te connaître. Mark Cuban (qui possède la franchise Dallas Mavericks en NBA) explique que se marier, c'est d'abord se trouver soi avant de trouver la bonne personne. Il faut savoir ce que tu veux et ce que tu cherches. Quelles sont tes passions ? Quelles personnes cherches-tu ? Qui es-tu vraiment ?

Pas facile ? C'est en faisant que tu apprends à te connaître. Ne triche jamais sur tes ressentis et tes désirs. Ce sont eux qui te permettent d'avancer.

Et surtout ce que tu peux apporter. Pour s'engager avec les autres, il faut se poser comme une opportunité, non comme quelqu'un qui vient demander. **Donc, donner avant de penser à recevoir.** Quelqu'un qui abuse de ta générosité, sera vite identifié et ne gagnera pas grand-chose dans la durée. Au contraire, les groupes savent reconnaître en général les acteurs les plus impliqués au service des autres et du projet.

Lorsque des gens que tu ne connais que très peu te demandent un service, comment te sens-tu ? Adrien propose toujours pour le plaisir d'aider (sur ses points forts et ses compétences). Quand aucun enjeu de récompense (salaires, statuts ...) ne vient fausser la vie du groupe, les leaders « avarés » se font démasquer et les contributeurs se font reconnaître.

Fais-toi tatouer « l'autre » sur le corps

Guy Kawasaki, le premier évangéliste d'Apple, explique qu'il faut être un « [Mensch](#) » aussi bien dans sa vie personnelle que dans les affaires. C'est-à-dire une personne bienfaitrice, qui te veut du bien et sur qui l'on peut compter. La première qualité que les gens recherchent chez les autres est la fiabilité.

Tu dois vouloir créer de la confiance. Pour cela, sois honnête, poli et respecte tes engagements. Mais le plus important est de ne pas blâmer les autres. S'il y a un problème, considère que c'est à toi de le régler. Comme la présomption d'innocence dans la loi française, considère que c'est à toi de résoudre le problème.

Les êtres humains sont aussi attirés par la bonne humeur. Soit en permanence content et arbore un sourire radieux en toute circonstance. Un vrai sourire (celui de [Duchenne](#)) qui implique tous les muscles du visage. C'est le principe de la loi de l'attraction, tu attires les personnes et les situations que tu penses et dégages. Si tu rayannes de bonheur, les autres te considéreront comme tel.

Le coin du philosophe

20

Combien de fois as-tu remarqué des personnes autour de toi, qui t'ont attiré, en pensant que ces personnes auront sûrement un rôle dans ta vie et que tu n'as pas osé aborder ? Tant que ça ? Vois-tu où nous voulons en venir ?

On est tous à la recherche de relation. De lien durable, même inégal, pour se rassurer, compter sur les uns et les autres, s'apporter mutuellement, vivre encore plus fort. Si nos réalisations sont marquantes, on existe aussi (et peut être avant tout) par nos relations. Elles nous renvoient tout simplement qui nous sommes et ce que nous faisons...

Mais trop peu de gens savent engager des relations. **Ils les subissent souvent.** Pire, ils les attendent.

Pourtant, nous avons tous été enfants, et un enfant sait naturellement créer du contact. La passivité des relations n'est donc pas une fatalité. Il s'agit simplement de recréer les conditions de ces relations. De pratiquer pour ne jamais se rouiller en quelque sorte.

La meilleure façon de découvrir les gens et bien sûr de construire une relation forte, est de faire avec. C'est le schéma du côte à côte. On vit un inconnu ensemble. On surmonte des épreuves. L'esprit est concentré sur l'objet de la mission / exploration. La situation est débarrassée des égos (au moins pour un temps).

Cela permet de se surprendre. De surprendre l'autre. D'inventer. D'être confronté à des obstacles. De tester son potentiel. De vivre une aventure partagée.

L'exemple des footballeurs et des équipes qui réussissent est très intéressant. Le vécu collectif ne peut jamais être remplacé pour amener une aventure à succès.

"Si tu veux construire un bateau, ne rassemble pas tes hommes et femmes pour leur donner des ordres, pour expliquer chaque détail, pour leur dire où trouver chaque chose... Si tu veux construire un bateau, fais naître dans le cœur de tes hommes et femmes le désir de la mer." Antoine de Saint-Exupéry

Call to Actions

Il n'y a pas de programme à suivre. Respecter quelques principes simples :

Le fait de contribuer et de voir les autres contribuer à tes projets permet de créer un repère fort : les expériences constituent les jalons et les repères de toute communauté. On ne vit pas que des moments, on construit des expériences qui débouchent sur des outils et ont des conséquences sur la vie des gens. Plus ou moins bénéfiques. Mais, elles permettent de situer ce qui nous rend utiles en même temps que l'on construit du partage.

- Passe du temps à échanger avec des pairs (des étudiants, des gens qui s'intéressent au même sujet...) et à partager du ressenti et des connaissances
- N'hésite pas à proposer tes services sur UN sujet qui pourrait leur apporter. Attends de voir comment ils réagissent. Et s'ils attendent, n'hésite pas à passer à

autre chose avant qu'ils manifestent leur intérêt. Ton temps et ton talent intéresseront forcément quelqu'un de la communauté...

- Tu entends parler d'un projet qui t'intéresse ? Même s'il est imparfait : tu aimes la personnalité ou l'approche du porteur de projet ? Sa sensibilité ? Son ambition ou la cause qu'il/ elle défend ? Tu croises un ou une autre étudiant(e) qui a une idée en tête, mais peu de courage pour l'entreprendre ? Sois un révélateur : montre-lui la valeur de son projet et sois le premier contributeur, en étant plus actif qu'il ou elle au départ. Tout projet / communauté repose sur le deuxième élément, celui qui montre que le projet n'est pas qu'un egotrip, mais le début d'un phénomène social.

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

- Développe ton réseau en aidant un projet à se lancer. Ce qui pour nous vaut largement ces heures de travail. On parle beaucoup d'optimiser son temps, d'automatiser au maximum voire même de déléguer ou sous-traiter ses tâches. Les gens ont besoin d'aide.

Pour conclure

Les modes de vie sont en train de se réinventer. Et la somme de projets augmentent alors que les ressources disponibles sont limitées : comme ProductHunt, les acteurs doivent donc inventer des manières d'avancer sans moyen particulier, sauf le talent d'engager d'autres passionnés comme eux.

Reste alors le plaisir d'avoir fait, d'avoir partagé et d'avoir réussi à le faire sans moyen.

Apprends à vraiment connaître les gens que tu souhaites rencontrer ou que tu rencontres via des projets. Cherche à partager, mais surtout à faire et échanger du talent avec eux. Pour s'engager sur la durée, il faut avoir une mentalité de bâtisseur : cela signifie aller plus loin que de la simple conversation et du contact Facebook / LinkedIn, mais se mettre en mode généreux artisan.

N'oublie pas :

« Au nombre des choses capables d'ébranler les hommes, il y a le souci des autres. » Albert O. Hirshman

6) Développe ta communauté !

L'intro en 140 caractères

Plus que tes compétences, et si la première pierre de ta carrière, et la clé ultime de ton succès était...ta communauté ?

Have you met: Lily et Enzo ?

Très sociable, Lily a toujours apprécié fréquenter des milieux innovants à côté de ses études : elle a fréquenté les communautés StartUp Week end, Ouishare, Make Sense, Enactus ainsi que les « communards » des tiers lieux. Elle s'est toujours nourrie de ces expériences collaboratives et originales (à l'époque) qui permettaient à la fois de réinventer ses études comme de concevoir son activité et la façon de faire du business. Mieux, Lily a toujours eu le sens de la communauté : non seulement elle a participé à nombre d'entre elles sur des thématiques variées (avec une approche de contributrice active), mais elle a aussi animé elle même un groupe local.

Après avoir terminé ses études et refusé une offre dans un grand groupe, elle a préféré investir du temps comme chargée de projet en VIE dans une communauté qu'elle fréquentait. Puis, grâce à ses capacités d'engagement, elle a pu développer les projets et la communauté et s'est vu proposer un poste plus qualifié.

À la sortie de son école, Enzo ne savait pas encore qu'il aimait la mode. En fait, ça ne l'intéressait pas plus que cela. Il était davantage fasciné par les nouveaux médias sociaux, véritable révolution pour l'époque (milieu des années 2000). Passion qui l'a amené à échanger avec d'autres social lovers (pas si nombreux au début). Mais, son goût pour le partage et la socialisation l'a amené à se pencher de plus près sur le fonctionnement de la mode, secteur par essence, mimétique et viral. Un fort potentiel social, donc. Laurent s'est donc immergé dans cet univers et a entrepris de développer de l'échange et des projets avec des passionnés : un blog a vu le jour, bientôt relayé sur un grand média puis des collaborations avec des petites boutiques et des stylistes ou photographes en devenir. Un projet transmédia a même vu le jour « The feet project » pour étudier (et célébrer) notre rapport universel et particulier aux pieds (sans fétichisme bien sûr). Aujourd'hui, il est un influenceur reconnu du secteur... Sa copine dit même de lui qu'il est « une vraie blogueuse mode ».

Principe clé

Mobiliser, suivre et accompagner sa communauté. Il faut sentir les besoins de sa communauté. C'est un organisme à part entière : il faut donc en prendre soin (si elle prend soin de toi en retour bien sûr). Comprendre ce qui peut la nourrir, mais aussi comment des moments collectifs peuvent se créer.

La zone des super pouvoirs

23

Ne te crois pas à l'extérieur des communautés. Suis les univers que tu aimes bien. Participes aux groupes que tu apprécies et qui te correspondent, même si tu ne te sens pas légitime. Il y a toujours des choses à faire, des contributions à apporter. Firefox permet ainsi de participer à leur programme d'Internet ouvert, même si l'on n'est pas informaticien. Rappelle-toi cette phrase « On ne recrute pas des compétences, on recrute des attitudes. » Cette phrase d'un grand patron d'agence est encore plus vraie pour des communautés : elles engagent par leur sensibilité et leur philosophie. Si on s'y retrouve, on peut toujours y apporter.

Ensuite, une communauté n'existe pas sans projet qui la rende visible et utile. **N'hésite donc pas à y contribuer...** mais aussi à en **proposer**. Le festival Alternatiba France a ainsi été proposé par une jeune étudiante qui souhaitait développer un événement fédérateur sur les alternatives existant en France (sur le modèle existant en Espagne). Idem pour Ticket For Change existant en Inde avant d'être (im)porté en France par Matthieu.

Développe ensuite tes communautés de passion et d'identité : celles qui te permettront de grandir n'existent surement pas encore aujourd'hui. Contribue donc à les structurer et à les faire émerger.

Le fait de contribuer et de voir les autres contribuer à tes projets permet de créer un repère fort : les expériences constituent les jalons et les repères de toute communauté. On ne vit pas que des moments, on construit des expériences qui débouchent sur des outils et ont des conséquences sur la vie des gens. Plus ou moins bénéfiques. Mais, elles permettent de situer ce qui nous rend utiles en même temps que l'on construit du partage.

Le coin du philosophe

Concentre-toi sur ta carrière ! Tel est la phrase qu'on te dit en entrant en école (enfin surtout au fur et à mesure que la fin approche) et si on ne se le dit pas, nos amis, nos proches et surtout nos parents nous le disent fréquemment. Pense à toi. À tes objectifs. À ta réussite. À ton égo. Etc., etc., etc. La confiance en soi et en son propre succès est la meilleure des garanties (et c'est vrai que la méthode Coué peut aider à la confiance).

Oui. Mais non.

D'abord, se répéter trop souvent de réussir, à un handicap. Elle peut installer une pression très (trop) importante qui fragilise les étudiants. Les loyers à payer? Il y en a beaucoup alors. Preuve que le système ne marche pas tant que ça. On le sait en psychologie, mettre trop de contraintes ne permet pas un juste développement de la personne.

Dans la séduction, on le sait bien : si on se met la pression, la plupart du temps on manque son objectif. On n'agit pas bien, on n'agit pas juste. Or, une bonne personne à l'aise est la meilleure des garanties d'efficacité.

"J'ai toujours avancé dos au but." Cette phrase du sculpteur Giacometti est frappante. On fait beaucoup de choses, et de grandes choses, en n'ayant pas

forcément la réussite des objectifs initiaux. Passer par la réussite de la communauté permet de réussir davantage de réalisations indépendantes de celles qu'on avait trouvées au départ.

Call to Actions

- Identifie une communauté qui correspond à ta sensibilité, à tes centres d'intérêt (mais pas que : la première est plus importante). Passe du temps à la suivre, à partager, à y contribuer. Indice important à suivre : les plus grosses ne sont pas forcément les plus dynamiques ni les plus ouvertes. Elles ne sont pas homogènes : trouve des gens qui te correspondent et avec lesquels tu avances sur des choses concrètes : du vécu, des projets, des découvertes, etc.
- Privilégie les communautés qui ont un passage à l'action facile : proches de ton lieu de résidence ou de travail, qui proposent régulièrement des appels à contribution, qui sont liés à tes aptitudes. C'est par l'expérience que se fait le premier intérêt et atout de la communauté.
- Investis-toi (et n'hésite pas à proposer) des projets ou des réalisations qui te paraissent intéressantes... mais réalisables à court terme. Chaque communauté vit par sa cohésion, sa vitalité... mais surtout par son impact. Il ne faut pas oublier que quelqu'un qui participe à une communauté attend d'une manière ou d'une autre qu'elle change un peu la face du monde (et oui carrément). À commencer par la sienne. Or qui n'agit pas dans le réel (même un peu) ne peut être très convaincant vis-à-vis des autres...

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

Identifie une idée qui peut se transformer en communauté (les amateurs de photographie de dessert par exemple). Teste une idée avec un évènement. Organise un évènement ludique et fais venir les gens pour discuter et interagir avec eux. À l'issue de l'évènement, donne rendez-vous pour continuer à fédérer autour de la suite de ton projet.

Pour conclure

Dis-toi qu'il ne faut pas forcément faire des choses pour qu'elles soient rentables dans l'immédiat. L'utilitarisme n'est pas très rentable à terme, parce qu'il limite les possibilités et les retours.

Donner de son temps par exemple pour une association ou une cause n'est pas quelque chose d'utile à court terme. Il ne s'agit pas d'agir par charité ou bonne conscience. Mais de comprendre comment le don peut générer éventuellement du

contredon. Sans qu'on sache quand, ou et comment. Mais il crée les conditions d'un commun : de quelque chose qu'on partage et qui nous relie.

Ce sentiment, personne ne peut le connaître s'il s'attend à quelque chose en retour. Penses-tu que l'amour, un des liens de confiance et d'inspiration les plus forts chez l'être humain existe parce que chaque amoureux négocie son retour sur investissement ? Impossible. Certains le prétendent, mais ils ne connaissent pas le vrai amour.

Comment créer du commun alors ? En développant de la participation, de l'utilité à des groupes qui cherchent à ne pas rentabiliser tous leurs efforts, mais cherchent à assurer une base « protégée » : le savoir (Wikipédia par exemple), Internet (la Quadrature du net), l'eau pour ne citer que quelques-uns des exemples engageants font partie de ces grands enjeux qui développent une des clés d'un monde inspirant parce qu'il repose sur des communs, hors de toute appropriation.

En cultivant cet esprit, tu gardes une part d'humanité. Une part qui te dépasse et te prolonge dans l'esprit de ton action.

« On connaît le monde non par ce qu'on y dérobe, mais par ce qu'on y ajoute. »
P.Claudel

7) Redeviens maître du temps !

L'intro en 140 caractères

Aujourd'hui, avec Internet, nous sommes connectés et joignables 365 jours par an. Ce qui nous gâche souvent plus la vie que le contraire.

Have you met...Tim ?

As tu déjà entendu parler de « la semaine de 4 jours » ? Ce livre a fait connaître mondialement son auteur Tim Ferris, grâce à la mise en avant de son nouveau mode de vie et de succès qui en a résulté.

Timothy Ferris est un auteur et un entrepreneur à succès, mais aussi un aventurier à part entière. Après avoir battu le nombre de rotations de tango en moins d'une minute et remporté la médaille d'or du championnat national de Sanda en Chine, il a délaissé peu à peu son emploi qui l'ennuyait pour créer en parallèle son entreprise de vente en ligne de compléments nutritionnels. BrainQUICKEN commercialise un produit accélérateur neurotransmetteur, qui permet d'augmenter la rapidité de la transmission neurocérébrale et le traitement de l'information neurologique (d'où peut être le record de Tango).

Si Ferris est tant connu aujourd'hui dans le milieu des startups et des entreprises innovantes, c'est qu'il a formalisé son succès sur un nouveau mode de vie. Qu'il s'est appliqué à lui-même (tant qu'à faire). Le livre met en garde contre la surcharge d'information et recommande « l'ignorance sélective ». C'est-à-dire choisir volontairement d'ignorer certaines choses dans sa vie pour se concentrer sur ce qui nous importe vraiment. Ferris introduit même le concept de « conception de style de vie » (lifestyle désigné en anglais).

Ses leçons lui ont permis d'affiner son agenda (pas de là à travailler 4 heures par semaine, mais de réduire par trois sa quantité hebdomadaire) et de pouvoir allouer son temps à des projets qui lui tenaient à cœur et en faire des succès.

Moi ? Jamais !

Maîtriser son temps implique plusieurs changements majeurs dans nos vies. Nous pensons tous que l'on ne peut plus se permettre de prendre des moments de repos, même le weekend. Parce que nous devons être disponibles en permanence.

Car il y a les emails, les SMS et les réseaux sociaux. Impossible de débrancher. Mais ce rythme est-il trop intense ?

La vitesse est certes grisante, mais il ne faut pas se cacher derrière. On prend du plaisir à répondre rapidement à nos mails / SMS / chat. On en prend aussi à effectuer du multitasking. C'est logique : on sécrète une endorphine dans une

situation qui suggère une omnipotence. Mais attention : le zapping détruit l'attention. En voulant être partout, nous ne sommes finalement nulle part.

Cette connexion en temps réel est plus compliquée à gérer, sans que l'on s'en rende vraiment compte. Il faudrait être au courant de tout et joignable en permanence. Mais nous avons tous des périodes où l'on ne répond à personne, ou l'on fait « le mort ». Où l'on ne répond simplement pas, car nous n'osons pas dire que cela ne nous intéresse pas.

Parce que l'on se fait tout simplement dépasser par le temps. Parce que l'on est aussi submergé par les trop nombreux systèmes de contact. Il y a tellement de moyens de discuter et joindre des gens que l'on ne sait plus où donner de la tête.

Principe clé

Savoir ralentir est une nécessité vitale si l'on veut construire son succès. On ne peut être créatif ou empathique ou intelligent (ou les trois à la fois) si l'on ne sait donner du temps au temps. Le vivant ne fonctionne pas comme une machine, nous devons gérer nos émotions, nos moments de moins bien.

Le coin des super pouvoirs

Déculpabilise-toi. Si des gens sérieux, des professionnels accomplis et des scientifiques le disent, c'est que tu peux apprendre à « te débrancher » et que tu en as tout à fait le droit. À ralentir ton propre rythme autant que tu l'accélères par ta consommation d'infos, tes sorties et ta vie sociale, la participation à différents projets.

Il faut apprendre à être efficace au bon moment, non pas être connecté en permanence. Ta productivité décroît de toute façon et il vaut mieux s'arrêter pour mieux repartir que de s'obstiner à continuer.

La tendance actuelle aux États-Unis et particulièrement en Silicon Valley est le Zen. Beaucoup de dirigeants et employés des entreprises de Google, Facebook, Apple et autres, prennent des pauses technologiques durant la journée pour se poser calmement et faire le vide, voire méditer pour certains. Ces mêmes entreprises intègrent aussi des salles de repos, de bien-être accessible à n'importe quel moment pour tous les employés.

Il faut aussi apprendre à mieux gérer son temps, être plus malin en somme. Mieux gérer son temps passe par 2 pratiques: être plus productif et mieux organiser. La productivité permet de réaliser la même tâche en moins de temps. Pour être efficace, concentre-toi sur une tâche à la fois, pas de distraction pendant que tu travailles. Pas de multitasking. Focus pour délivrer. Et se donner des deadlines que l'on respecte. Tu remarqueras que lorsque l'on te donne plus de temps que nécessaire pour effectuer une tâche, tu vas prendre l'ensemble du temps et rendre le travail le dernier jour. Donc plus les deadlines sont courtes et plus tu es productif.

Pour être productif, il faut déjà avoir organisé son emploi du temps. Il faut donc prévoir les tâches que tu vas mettre en place dans ta journée pour que tu saches ce que tu vas faire dès le matin. Préparer la veille la journée du lendemain est important pour ne pas perdre de temps le matin en tentant de déterminer ses priorités. Avoir un esprit clair au petit déjeuner permet d'aborder la journée sereinement et être clair sur ses objectifs.

Le coin du philosophe

Le temps est théorique. Rappelle-toi que le temps est simplement un concept théorique. Le temps est souvent relié à ce que l'on perçoit et ce que nous faisons. Nous avons tous eu des moments où l'on ne voit pas le temps passer. Au contraire, parfois nous regardons notre montre toutes les minutes et le temps semble interminable. Pourquoi ? Parce que l'on ne pense plus au temps lorsque l'on est absorbé. Amuse-toi dans un cycle de 24h à expérimenter la façon dont tu considères le temps tout au long de la journée pour comprendre concrètement la théorie.

Dans un bain d'info permanent et de distractions, nous devons apprendre à faire face et donc faire des choix.

Nous devons inventer le moyen d'interagir et de créer du sens. Mais aussi de **dépasser la fuite en avant** : cela ne sert à rien de tout faire pour être accepté, sans comprendre vraiment ce qu'on fait, **ou sans y croire**. Voilà pourquoi, tant d'urbains reviennent métaphoriquement ou concrètement à la culture de proximité : au commerce indépendant ou au jardinage tout simplement. La leçon est simple : s'implanter pour mieux planter, récolter, fertiliser. **La vertu d'être au présent.**

Et comme disait William James : « Tuer le temps n'est pas un meurtre, c'est un suicide. » !

Call to Actions

Tim Ferris a très bien identifié des gestes clés à tenter pour gagner en confort et en efficacité. La liste n'est pas exhaustive et bien sûr évolutive dans le temps, mais elle est une bonne base de travail. Voilà ce qu'il recommande :

À faire une fois par semaine :

1. Lire ses mails deux fois par jour : une fois vers 11h30, une autre fois vers 16h30 (certains jours : ne pas regarder du tout)
2. Supprimer tous les médias d'actualités dont tu as l'habitude (journaux / magazines / radio / télé / sites web d'info / livres). Pour rester à jour: demander des news à l'entourage, au serveur ...)
3. Prendre l'habitude de se demander « Est-ce que je vais exploiter cette information pour quelque chose d'immédiat ou d'important? »

4. Oser abandonner une action en cours si tu penses que la continuer ne t'apportera rien ou peu (exemple: article qui s'avère assommant ...)
5. Applique la technique [Pomodoro](#): avec le minuteur de ton téléphone, fixe-toi des tâches limitées à des cycles de 25 minutes. Puis prends une pause et recommence. Au 4e cycle, prends une pause plus longue. Le but est de favoriser l'agilité intellectuelle.

Pour aller plus loin, tu peux relever le « Défi ultime »

Crée un rituel d'endormissement et de réveil. Par exemple, une heure avant de dormir : mets tes «devices» en mode avion et trouve de quoi te détendre sans écran (lecture de fictions, musiques, relaxation). Au réveil, trouve de quoi te rafraîchir le corps et le cerveau (pour Adrien, c'est un fruit frais, une vidéo inspirante et du trampoline !).

Pour conclure :

Pour bien vivre, pour être talentueux, pour être irremplaçable même, **rien ne vaut de développer son rythme suivant son talent et inversement**. Bien vivre nécessite donc d'abord de faire face à qui l'on veut être. Et de ne pas l'oublier.

Impossible de faire face en étant partout et nulle part à la fois. Concentre-toi sur les domaines et les valeurs qui te correspondent. Tu sais que ce tu fais te correspond lorsque tu apprécies vraiment le moment. Lorsque le temps passe en accéléré et que tu ne vois pas la journée défilée. Ce fameux moment où tu regardes l'heure en disant: « Whoua, déjà! »

Même sur Internet et les réseaux sociaux, il faut savoir rester sur ce qui t'intéresse. Il est tellement facile de se disperser et finalement de ne rien faire. Internet est parfait pour tester et découvrir de nouvelles choses, mais il ne faut pas perdre son temps avec des choses inutiles.

Le but est de se relier aux gens qui nous correspondent et partagent nos valeurs.

« Nous avons suffisamment de temps à condition de l'employer correctement. » Von Goethe.

Rendez-vous dans dix ans ?

Comme ce qu'on raconte, ce livre est né d'une rencontre. De partages et d'échanges sur le monde qui se transforment, des startups, des makers et de l'économie contributive notamment. Mais au-delà, de faire des choses différemment et de rendre les étudiants ou jeunes actifs pleinement acteurs.

Il y a beaucoup de livres qui racontent comment poursuivre sa carrière, changer de vie, comment créer sa boîte, développer son potentiel, comment séduire. Mais, il n'y pas (ou peu) il nous semble de livre dédié à une vie utile pendant ses études. On espère que cela t'a plu. Et surtout que cela va te servir.

Nous avons voulu nourrir l'aspect philosophique en même temps que l'aspect méthodologique. Les deux se nourrissent. En fonction des situations. En fonction des acteurs. Comme une langue ou un muscle qu'on apprend ou qu'on redécouvre pour nous amener plus loin.

Les anecdotes de gens (connus ou pas encore) sont authentiques : elles permettent de situer le domaine du possible.

On espère qu'elles t'inspireront et que tu alimenteras les tiennes pour la suite de cet ouvrage.

Ce livre, tu l'auras compris vise à t'encourager, à ne pas baisser les bras (ou choisir la facilité)... à ne pas hésiter aussi. Le monde ouvre des opportunités incroyables en ce moment. Tu as tout intérêt à les embrasser. Cet outil est un tremplin. Pour mieux rebondir...

Mais aussi mieux te trouver.

Pour avancer, il faut certes se tester, endosser des rôles, pour savoir mieux qui l'on est. Mais aussi créer, participer, s'engage. Ce n'est qu'en le faisant dès maintenant, à ton rythme dans un premier temps que tu poseras les bases de ton vrai projet.

Et que tu donneras les moyens d'exister dans le monde.

As-tu trouvé ta voie ?

Nous espérons que ce livre te sera utile.
Tu peux bien sûr nous contacter pour aller plus loin.

- Si tu as besoin de conseils: [Adrien](#)
- Si tu as une idée à développer: [Stéphane](#)