

«Garder confiance dans un climat anxigène»

Au-delà des démarches, techniques et savoir-faire, chercher un emploi demande un état d'esprit ouvert et confiant. Une attitude qui se travaille.

La situation économique peut paraître angoissante : les conflits internationaux entraînent des perspectives sombres pour le tissu industriel suisse, les restructurations sont légion. Considérer uniquement ces informations peut néanmoins rapidement entraîner vers une spirale négative. Or, si l'on est en recherche d'emploi, c'est précisément l'inverse qu'il faut faire: se focaliser sur des éléments positifs et des horizons porteurs.

D'abord, prendre une perspective plus large: le taux de chômage en Suisse reste l'un des plus bas en Europe, quelques secteurs d'activité sont même structurellement en manque de main-d'œuvre. Le temps de recherche d'emploi entre deux postes demeure acceptable, six à sept mois en moyenne. Enfin, les licenciements cachent un élément central: les entreprises qui se séparent de collaborateurs ne mettent pas toutes la clé sous la porte, et recrutent d'autres profils simultanément.

L'époque n'est pas si mauvaise

Le volume global de postes de travail ne disparaît pas, ce qui indique que l'époque est à une réorientation et non à une suppression des activités. Un récent rapport du World Economic Forum le rappelle d'ailleurs: en 2030, sur 100 personnes, 29 auront à se former et améliorer leurs compétences, 19 à changer d'emploi et de compétences, et une quarantaine ne vivra aucun changement majeur.

170 millions de jobs doivent être créés, 92 millions supprimés d'ici 2030, la balance globale reste donc favorable. La même étude montre que bon nombre de secteurs vont connaître une croissance de demande: agriculture, services et livraison à domicile, développement de logiciels, construction, vente.

Dans ce contexte, pour conserver une approche constructive, l'enjeu consiste à analyser les besoins du marché et réfléchir à la manière la plus adéquate de se

positionner, en fonction de ses compétences. Les questions clés à se poser sont: «Où est-ce que j'amène une valeur ajoutée?» «Puis-je profiter de ce temps de recherche pour une formation continue?» «Comment renforcer mon employabilité?»

Enfin et surtout, garder un état d'esprit positif implique de privilégier les rencontres, et de soigner son réseau. Cela reste le meilleur moyen pour comprendre les besoins réels du marché. Ces discussions informelles vous permettront de cerner au mieux les questionnements des entreprises, voire d'anticiper leurs besoins ou de contribuer à définir un profil de poste avant sa publication.

Réseauter suppose de lutter contre la dévalorisation de soi. Certes, il ne s'agit pas d'un processus d'embauche, mais entretenir des contacts professionnels participe d'une dynamique similaire: mettre en avant ses intérêts, capacités, compétences, pour susciter, même indirectement, l'intérêt d'employeurs potentiels. Une attitude négative ou dépréciative est donc à proscrire.

Il ne s'agit pas de nier les moments compliqués, inhérents à toute recherche d'emploi, mais d'éviter de les faire prévaloir lorsque vous échangez avec quelqu'un et de mettre en avant vos atouts et compétences.

Continuer à s'engager

Pour booster la confiance en soi, quelques principes restent précieux. D'abord, se lister toutes ses réussites passées. Vous serez peut-être surpris de leur nombre, ou de leur régularité! Souvenez-vous que si vous avez perdu votre poste, vos compétences, elles, restent toujours valables.

Si vous avez besoin de vous en persuader, vous pouvez les partager bénévolement à travers un engagement associatif par exemple, qui, judicieusement choisi, vous offrira aussi un espace pour réseauter!

N'oubliez jamais les temps de ressourcement, indispensables à un équilibre.

Enfin, sachez que la vie professionnelle n'a rien d'une voie toute tracée. Les imprévus et tournants font entièrement partie du chemin. Rester ouvert d'esprit et aux autres vous apportera de belles surprises!

Carine Dilitz, Directrice générale d'Oxalys Consultants SA