

La force des discrets

Le pouvoir des introvertis dans un monde trop bavard

AUTEURS

Susan Cain

ÉDITION

Livre de Poche

ISBN 978-2-253-17988-7

AXE 6

Préparation aux entrevues

LE LIVRE EN UNE PHRASE

Préparation, écoute et réflexion sont des forces d'entrevue, pas des handicaps à compenser. Entre le tiers et la moitié des gens sont introvertis, et le monde du travail fait comme s'ils n'existaient pas.

Pourquoi on te le recommande

Parce que beaucoup de gens arrivent en entrevue en essayant d'être quelqu'un d'autre, plus expansif, plus rapide, plus « à l'aise ». Ça se voit, ça épuise, et ça ne convainc pas. Ce livre propose l'inverse : jouer ses vraies forces.

Le livre en résumé

Susan Cain était avocate en droit des affaires à Wall Street avant d'écrire ce livre, paru en 2012. Sa conférence TED sur le même sujet est l'une des plus vues de la plateforme.

Elle procède en trois temps. D'abord une histoire culturelle : comment l'Occident est passé, au début du vingtième siècle, d'une culture du caractère à une culture de la personnalité, où il faut se vendre. Ensuite la recherche, notamment les travaux de Jerome Kagan sur la haute réactivité, qui montrent que le tempérament s'observe dès les premiers mois. Enfin l'application, au travail, à l'école et dans le couple.

Le livre plaide clairement pour un camp, et il faut le lire en le sachant. Mais il est documenté, et sa démonstration sur le brainstorming en groupe, qui produit moins d'idées que les mêmes personnes

travaillant seules, est solide.

Les grands thèmes abordés

- **L'idéal extraverti.** Une norme culturelle récente, pas une vérité. Elle façonne les classes, les bureaux à aire ouverte et les entretiens d'embauche.
- **Introversion n'est pas timidité.** La timidité est la peur du jugement. L'introversion est une préférence pour les environnements moins stimulants. On peut être introverti et parfaitement à l'aise.
- **Le mythe du groupe.** Le brainstorming collectif produit moins d'idées, et de moins bonne qualité, que les mêmes personnes qui réfléchissent d'abord seules.
- **Le besoin de récupérer.** Après une journée de stimulation, l'introverti a besoin de temps seul pour se recharger. Ce n'est pas de la fuite, c'est de l'entretien.
- **On peut jouer un rôle, à un coût.** Cain parle de pseudo-extraversion : c'est possible et parfois utile, mais ça se paie en fatigue. Il faut choisir quand.

Trois idées à retenir

1 Ta préparation est un avantage, dis-le.

« Je préfère préparer avant de proposer » est une phrase d'entretien, pas une excuse.

2 N'essaie pas d'être expansif pendant une heure.

Ça s'entend. Une réponse posée et précise pèse plus qu'une réponse enthousiaste et floue.

3 Prévois ta récupération.

Une journée d'entretiens et de réseautage demande une soirée tranquille après. Planifie-la, ne la subis pas.

Ton exercice

EXERCICE

30 MINUTES · SEUL, PAPIER-CRAYON

Ton entrevue de discret

Écris les cinq questions d'entrevue qui te font le plus peur. Prépare une réponse écrite pour chacune, en trois phrases maximum.

Puis écris une phrase qui présente ta façon de travailler comme une force, sans t'excuser. C'est celle-là qui compte.

Pour finir : reporte tes cinq réponses dans ton gabarit d'entrevue.

Où ça se rattache dans ton parcours

Cette lecture prépare l'atelier **Préparation aux entrevues**. Elle se lit avec **Imparfaits, libres et heureux**, qui traite de la peur du jugement, quand celle-ci s'ajoute à la réserve naturelle.

GenT-Génération Talent · Une initiative Joblinks

Programme de littérature, axe 6 · generation-talent.ca · info@generation-talent.ca

GenT ne vend aucun livre et ne touche rien sur les ventes. Les titres du mois sont en présentoir dans les bibliothèques partenaires des Cafés de l'emploi.