

# INDICE

<b>GUIDA ALLA LETTURA</b>	<b>6</b>
<b>PREFAZIONE</b>	<b>10</b>
<b>INTRODUZIONE</b>	<b>14</b>

## PARTE I - UN PO' DI TEORIA

<b>IL LAVORO</b>	<b>19</b>
Il lavoro come condanna sociale	19
Il lavoro sanguisuga	21
Il lavoro salvagente	22
Il lavoro come oggetto d'amore	23
Il lavoro ideale	24
La qualità del lavoro	24
Il denaro	25
Il tempo	26
Il controllo	26
Lo stress	27
Conclusioni	27
<b>IL LAVORO: LE STRATEGIE</b>	<b>28</b>
Strategia dell'artista	29
Strategia della ricchezza	30
La strategia della libertà	34
La strategia dello statale	35
La strategia del barbone	35
<b>IL LAVORO REALE</b>	<b>37</b>
Gli insoddisfatti da strategia semplice	37
Gli insoddisfatti da strategia pesata	38
La tecnica del ridimensionamento	42
Ridimensionamento e multinazionali	44
La saggezza	45

<b>DISOCCUPAZIONE E PRECARIATO</b>	<b>47</b>
La disoccupazione .....	47
Il precariato .....	50

## PARTE II – IL LAVORATORE IDEALE

<b>INTRODUZIONE</b>	<b>53</b>
---------------------	-----------

Le condizioni facilitanti relative al lavoro .....	55
La raccomandazione all'italiana .....	57
Gli errori tipici da non fare .....	58

<b>LE CONDIZIONI FACILITANTI RELATIVE AL LAVORATORE</b>	<b>60</b>
---	-----------

Personalità .....	60
Capacità .....	64
Come si migliora la capacità .....	66
Autovalutazione .....	67
Coraggio .....	69
Flessibilità .....	69
La concretezza .....	71
Come si migliora la concretezza .....	73
Conclusioni .....	78
La gestione del tempo .....	78
Priorità e conflitti .....	84
Delegare le azioni .....	88
La scelta dei collaboratori .....	89
La personalità del collaboratore .....	92
La personalità dell'esaminatore .....	93
Tipologie di lavori .....	93

## PARTE III – TROVARE LAVORO

<b>COME SCEGLIERE LA STRADA</b>	<b>99</b>
---------------------------------	-----------

L'orientamento .....	99
Quale laurea? .....	100
La figura professionale .....	103

<b>COME SI VALORIZZANO LE ESPERIENZE PRECEDENTI E/O GLI STUDI</b>	<b>105</b>
---	------------

Come si scrive un curriculum .....	106
Come ci si presenta su Internet .....	109

Il colloquio .....	110
Cambiare lavoro .....	112
La strategia semplice .....	113
La strategia mista .....	113
Il lavoro sognato .....	114
Il lavoro all'estero: opportunità e rischi .....	115
Riciclarsi per chi ha perso il lavoro .....	117

**APPENDICI**

---

<b>APPENDICE A – IL BENESSERE PROFESSIONALE IN PILLOLE</b>	<b>123</b>
<b>APPENDICE B – LE PERSONALITÀ DEL WELL-BEING</b>	<b>127</b>
<b>APPENDICE C – LA RICCHEZZA</b>	<b>131</b>

---