



Emploi **Booster!**

Le e-programme de Retour à l'Emploi

Module 5 / Semaine 2

Comment faites vous pour réussir ?! Ou comment trouver les ressources nécessaires



Souvenez-vous, au début de ce programme nous nous demandions comment les autres faisaient pour réussir.

Peu importe la réponse, vous l'aurez compris, car le plus important pour vous, c'est de découvrir VOTRE schéma de réussite et de le mettre en application lorsque nous aborderons le plan d'action.

1. Trouvez votre recette du succès

1.1. Grâce au « Saboteur »

Vous venez de trouver ce qui peut vous conduire à l'échec et vous en avez maintenant déduit à quel moment vous pouviez vous donner le choix d'aboutir différemment, c'est-à-dire réussir à atteindre l'objectif que vous vous êtes fixé.

Je vous propose maintenant de reprendre votre « recette de l'échec » et de vous amuser à la transformer, suivant le principe du choix, en « recette de la réussite ». N'hésitez pas à faire cela avec humour !

1.2. Grâce au « Futur Soi »

Le « Futur Soi » est vous-même, tel que vous pourriez être dans 20 ans. Pour mettre le plus d'atouts possibles de votre côté, vous pouvez également, grâce à l'outil de la semaine, contacter votre « Futur Soi » pour lui demander de jeter un regard dans son passé et vous indiquer quels ont été les éléments clef de sa réussite. Vous terminerez en lui demandant la « recette » qu'il a pu éventuellement en tirer.

2. Testez l'application de votre recette du succès

Imaginez maintenant que cette recette de la réussite serve au succès d'un héros que vous incarnez dans un film...

- Que faites-vous ?
- Que voyez vous ?
- Qu'entendez-vous ?
- Que sentez-vous ?
- Que ressentez-vous ?

3. Mettez à jour des qualités que vous ne soupçonnez peut être pas

C'est simple, pour cela :

- Listez ce que vous considérez comme vos défauts et vos résistances
- Listez ce qui vous agace profondément chez les autres¹
- Trouvez une fonction utile à ces défauts et résistances
- Traduisez les en qualités

¹ Savez-vous que ce qui nous énerve profondément chez l'autre est ce contre quoi nous luttons en nous ?!

Exemple:

Défaut :

Fainéant, paresseux

Utilité :

Sait économiser du temps et de l'énergie

Explication :

Un fainéant trouvera des moyen de réaliser la même tâche en déployant moins d'efforts...cela devient une précieuse qualité !

Bravo...vous venez de mettre à jour des qualités dont vous n'aviez peut être pas conscience !

4. Utilisez ces qualités !

Que souhaitez-vous faire maintenant de ces qualités pour vous-même et notamment pour atteindre vos objectifs professionnels ?

Notez le soigneusement et notamment dans la fiche « Garder le Cap sur mon Objectif » à la rubrique « Mes forces/Atouts/Ressources ».

5. Intégrez les qualités à la recette du succès :

Je vous propose d'intégrer toutes ces qualités au scénario de réussite nécessaire à l'atteinte de votre objectif professionnel.

Vous pouvez bien entendu inclure d'autres qualités que vous vous reconnaissiez déjà avant cet exercice.