

L'objectif

Le plaisir dans le travail, un levier de performance ?

Le plaisir correspond à une sensation ou une émotion agréable, **source de bien-être** et de contentement qui **instinctivement** nous conduit à vouloir reproduire l'expérience qui nous procure ce plaisir. **Lier ce plaisir** à chaque étape ou action de la construction d'un projet, **quel qu'il soit**, nous encourage et nous conditionne à continuer et mettre en place les prochaines étapes du projet, car au bout, il y aura du plaisir.

L'atteindre « pour toujours » n'est pas possible, mais nous pouvons l'intensifier et le toucher plus souvent du doigt. C'est ça aussi le coaching.

Aujourd'hui je vais vous parler d'une chose qui augmente considérablement la performance d'un entrepreneur et lui enlève un grand nombre de frein (dont ceux au plaisir) et qui, en plus, va vous servir de tremplin tout au long de votre aventure. Votre **OBJECTIF**.

Qui voulez vous être dans 1 an, dans 5 ans ou dans 10 ans ? Où voulez vous aller ?

Vous êtes vous posé cette question récemment ?



Steve Jobs voulait révolutionner la communication et l'accès à l'information, Roger Federer voulait devenir numéro 1 mondial de tennis et marquer l'histoire du sport,

Mark Zuckerberg voulait se venger d'une fille qui l'avait malmené, Nelson Mandela voulait un monde libre et l'égalité raciale, l'épicier en bas de chez vous veut certainement mettre sa femme et ses enfants à l'abri du besoin et jouir de liberté d'être son propre patron.

Quel est le votre ?

Plus votre objectif sera puissant dans votre esprit, plus vous aurez les moyens et la motivation de l'atteindre.

Si vous n'avez pas encore votre objectif, ou voulez vérifier sa pertinence, voici quelques clés qui vous mettront sur la voie.

Votre objectif doit

1. **Vous correspondre.** Il doit être, VOTRE objectif et non celui d'un parent, d'un ami, d'une idole... Les deux ne sont pas forcément indissociables mais c'est vous qui devez en être l'acteur principal.
2. **Être motivant.** Il doit répondre à un besoin, à une envie que vous ressentez. Car c'est la **possibilité** et l'**espoir** d'assouvir ce besoin, ou cette envie, **qui sont motivants.** Question !! Allez vous aux toilettes quand vous avez une envie pressante ? Oui ? Et, êtes vous capable d'y aller plus vite (courir) si l'envie est très pressante ?
3. **Viser un résultat.** Comment imaginez vous votre vie une fois l'objectif atteint ? Avez vous pris le temps d'y réfléchir ? Pour vous aider vous pouvez tenter de vous visualiser dans cette vie future.
 - Dans quelle voiture roulez vous ?
 - Quelle maison avez vous ?
 - Avec qui partagez vous votre temps libre ?
 - Combien de temps libre avez vous ?
 - Quelles activités pratiquez vous ?
 - ...
4. **Être beau.** Il faut que vos yeux brillent quand vous vous imaginez l'atteindre. Il doit vous « vendre du rêve » ! Imaginez que vous avez faim et que vous décidez de manger à l'extérieur. Vous avez la possibilité d'aller chercher un sandwich au coin de la rue ou dans votre restaurant préféré. Prenez 5 secondes ! Pensez à l'un puis à l'autre ! Qu'en est-il de votre motivation ? Pour lequel salivez vous le plus ? Avec quel entrain vous dirigez vous vers l'un ou vers l'autre ? Pourtant, la faim est la même.
5. **Être raisonnable.** Rien de plus dangereux que se diriger vers quelque chose d'inatteignable. Il doit être suffisamment grand pour vous motiver mais s'il ne correspond pas à vos possibilités et vos contraintes, vous vous

mettez face à des échecs répétitifs. Et ce n'est pas très agréable d'échouer sans cesse.

6. **Être votre priorité.** Vous devez être **prêt** à consacrer le temps et l'énergie indispensables à sa réalisation. Vous devez être **prêt à changer** certains aspects de votre vie si vos comportements actuels, si votre fonctionnement actuel, ne vous mènent pas vers votre objectif. Il faut choisir de sortir de votre zone de confort.
7. **Être inscrit dans le temps.** Si vous ne posez pas de limite de temps à votre objectif, il restera dans le vague et vous ne saurez pas quand entreprendre les actions. Si vous ne savez pas quel jour vous voulez arriver sur le lieu de vos vacances, savez vous quand partir ? Prenez vous le temps de définir l'itinéraire ?
8. **Être intègre.** Je parle de vos valeurs ici. Imaginez que la justice soit quelque chose d'important pour vous, et que des situations d'injustices dans votre vie, votre entourage, vous blessent, vous rendent triste ou vous démotivent. Avez-vous envie de vous infliger ça? Si la réponse est **NON**, alors vérifiez que la construction de votre objectif et son impact sur vous, et sur les autres, soit en harmonie avec vos valeurs et la manière dont vous aimeriez que soit le monde. Se faire du mal à soit même n'est pas très efficace, croyez moi.

Pour résumer, votre objectif doit répondre à la question, « qu'est ce que je veux pour ma vie ? » et vous devez encrez cette vision dans la réalité, votre réalité, en posant des bases et les caractéristiques que vous connaissez déjà. Vérifiez que cet objectif vous procure suffisamment de motivation et qu'il est réalisable.

Pour le reste...? Lancez vous sans perdre de vue toutes ces caractéristiques. Certaines surprises vous attendent, des bonnes, comme des mauvaises mais si vous respectez nos 8 points, elles seront surtout bonnes.

Pour terminer, je suis conscient que ceci est plus facile à dire qu'à faire et nécessite une vraie remise en question et un changement des comportements encrés en vous depuis des années. C'est pour ça que le coaching existe. Vous n'êtes pas obligé d'avancer seul.

Thibaut Divry