



CAHIER

S'Adapter sans cesse

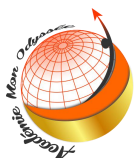
Les cahiers

Mon Odyssée®

S'ouvrir aux Signaux



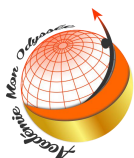
***On évolue tant que l'on
accepte de grandir.***



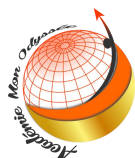
© Mon Odyssée 2018 – www.isabellecham.com

Les demandes sont à adresser à :
Isabelle@humans-acts.com

Tous droits du producteur et du propriétaire de ce produit sont réservés à tous les pays. Isabelle Cham, l'auteure, autorise la reproduction d'un exemplaire de ce livret pour usage personnel. Sauf autorisation, la duplication, la location, le prêt, l'utilisation de ce produit pour exécution publique sont interdites à des fins commerciales. Ce programme, les données y afférentes et d'autres éléments doivent donc être traités comme toute autre documentation sur laquelle s'exerce la protection par le droit d'auteur.



Que retenir ?



S'Adapter sans cesse

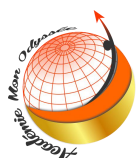
S'adapter sans cesse à un univers complexe et incertain est une nécessité autant pour faire durer votre entreprise que pour conserver votre motivation dans la durée. Nous vivons une époque où les traditions s'accrochent alors que le monde occidental en particulier connaît des mutations sans précédent, qui vont durer plusieurs décennies. Quelle que soit l'entreprise que vous allez créer, vous allez devoir vous adapter sans cesse. Dans cette leçon je vous propose de voir comment rester adaptable, comment avoir des approches créatives et comment rester motivé quelles que soient les évolutions que vous devrez vivre.

Rester adaptable

Pour rester adaptable en toute circonstance, vous devez apprendre à sortir de votre zone de confort le plus souvent possible. On confond cependant souvent : sortir de sa zone de confort et s'agiter. Sortir de sa zone de confort c'est toujours faire des choses que l'on ne sait pas faire. C'est retourner au point zéro de l'apprentissage pour faire différemment et s'enrichir d'un autre système de pensée ou d'action. Personne n'aime spontanément faire cela, en particulier parce que c'est toujours un moment où l'on est vulnérable et où l'on craint de dépendre de quelqu'un. Et de fait, très souvent on dépend du savoir de quelqu'un d'autre pendant quelques temps. Le problème pour un entrepreneur, surtout aujourd'hui, c'est que tout va très vite et sans cette dimension d'adaptation permanente, a fortiori si vous travaillez seul, vous risquez à tout moment plafonner dans un des cycles entrepreneuriaux que nous avons vu dans la leçon « Voyager ». Comment éviter cela ?

1) Connaissez votre but

On s'adapte d'autant mieux que l'on connaît son but ! Quand on ne connaît pas son but, on teste des tas de choses mais on ne s'adapte pas vraiment, parce que s'adapter c'est faire autrement par rapport à un objectif .



2) Passez des engagements avec vous-même

Tout ce que vous voulez réaliser se passe en deux temps : une fois dans votre tête et votre cœur et une fois lorsque vous passez à l'action !

3) Aiguiser vos facultés

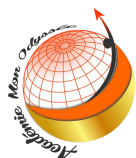
Passez plus de temps à comprendre comment développer une entreprise qu'à la créer au jour le jour. De même, si vous voulez couper un arbre, passez plus de temps à affûter votre lame qu'à vous fatiguer à scier ! Renouvelez sans cesse vos ressources mentales, physiques, sociales et spirituelles ou existentielles, si vous voulez faciliter l'adaptation de vos facultés à vos différents projets et entreprises.

4) Reconnaissez que vous avez toujours le choix

Soyez responsable face à tout ce que vous démarrez et que vous ne connaissez pas. Cela marche, tant mieux, vous échouez tant mieux... c'est que vous aviez besoin d'apprendre quelque chose qui va vous emmener vers une autre étape qui vous attend !

5) Concentrez-vous uniquement sur vos priorités

Lorsque vous passez véritablement à l'action pour vous adapter, concentrez-vous uniquement sur vos priorités. Faites la liste des priorités si nécessaire. Lorsqu'on commence quelque chose de nouveau on a tendance à s'éparpiller ou se mettre des défis invraisemblables. Nous avons déjà vu ce point. Donc soyez vigilants.



Avoir des approches créatives

1) L'approche structurée :

Vous identifiez un problème avec votre équipe (ou à partir d'une remarque récurrente de vos clients par exemple), vous cernez alors la cause et vous implémentez une solution, en validant cette solution avec plusieurs de vos clients. C'est une approche classique mais il faut le faire régulièrement auprès de ses clients, car beaucoup d'entrepreneurs n'osent pas affronter la vérité de leur marché et finissent par proposer des solutions inadaptées.

2) L'approche Brainstorming

Elle fonctionne mieux en groupe et seulement si les participants suspendent leur jugement ! Elle a l'avantage d'être très ouverte mais elle est basée sur la quantité d'idées que l'on va trouver et pas sur la qualité. Elle permet d'éviter toute autocensure et de dégager des idées sans hiérarchie au départ. Elle nécessite ensuite un tri et de hiérarchiser les priorités.

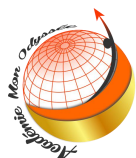
3) L'approche intuitive

C'est lorsqu'on prononce généralement : « AHHHHH mais ouis !!!! ». Elle arrive soudainement, on ne peut pas la forcer. Elle intervient sous forme de flash. C'est pour cela qu'il est important d'entretenir son intuition en permanence. Les entrepreneurs et les créateurs ont en général une quantité d'informations importantes qui leur permet justement de recouper des idées de façon intuitive.

4) L'approche provoquée

Elle consiste à utiliser un catalyseur pour stimuler les idées, comme un mot pris au hasard dans le dictionnaire et qui permet de générer des idées par associations. On peut inventer tout type de jeu qui stimule la pensée par associations.

Pour garder des approches créatives il est nécessaire d'alterner ces quatre méthodes. Souvent l'on a une préférence mais pour augmenter les connections neuronales de notre cerveau il faut pratiquer les 4 méthodes régulièrement.



Rester motivé

Votre motivation est la force émotionnelle qui vous pousse à agir. Rester motivé requiert cependant une certaine maturité et de savoir entretenir une force intérieure. Pour rester motivé vous devez en tout premier lieu **analyser vos buts**. Vous devez aussi décider de ce que vous voulez et agir pour l'obtenir (nous l'avons déjà évoqué dans les leçons précédentes). On reste motivé quand on applique au moins deux choses parmi la liste suivante (si l'on arrive à tout combiné, notre motivation sera « exceptionnelle ») :

1) **Décider**

Rien de pire que d'hésiter sans cesse. Peu importe que l'on se trompe, l'essentiel est de faire un choix pour pouvoir expérimenter et réajuster éventuellement.

2) **S'occuper de son subconscient**, de son imagination et de sa part spirituelle ou existentielle

Tout cela contribue à la fois à la motivation. Si vous voyez qu'une part de vous souffre, occupez-vous de celle-ci.

3) **Toute décision est importante**

Lorsque vous décidez quelque chose, faites-le en fonction de ce que vous cherchez réellement à offrir au monde et répétez-vous sans cesse que cela demande de vous investir de tout votre être.

4) **Restez cohérents entre vos intentions et vos buts**

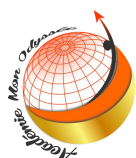
Restez cohérents et congruents à travers tout ce que vous faites dans votre vie sociale, familiale, entrepreneuriale, vos finances et votre santé.

5) **Fixez-vous des sous buts**

Fixez-vous des buts mais aussi des sous buts pour les atteindre parce que souvent, à regarder trop loin le but recherché, cela devient anxiogène alors que réaliser des sous buts est plus tolérable à vivre. Et dans la même lignée, regardez souvent ce que vous avez déjà accompli au lieu de regarder toujours ce qu'il reste à faire. Ne vous découragez pas inutilement.

6) **Soyez le plus possible dans votre ressource**

C'est-à-dire trouvez un projet que vous appréciez tellement, qui demande d'utiliser vos qualités et vos talents, et vous n'aurez plus besoin de chercher à vous motiver pour l'accomplir. Ce n'est généralement pas le cas à 100% dans nos vies mais c'est ce que nous avons intérêt à chercher ardemment pour réussir).



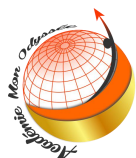
Trois questions à se poser régulièrement pour trouver la motivation ou rester motivé :

- 1) Quelle est la dernière fois que j'ai fait quelque chose pour la 1^{ère} fois !
- 2) Que ferais-je si je n'avais pas peur ?
- 3) Si tu ne devais accomplir qu'une seule chose au cours de ta vie : l'as-tu déjà accomplie ou reste-t-elle encore à accomplir ?

Sortez le plus souvent de votre coquille. Prenez des risques et lancez-vous des défis.

Une vie c'est fait pour progresser tout le temps, jusqu'à la fin. Et entreprendre vous en donne une merveilleuse opportunité. Alors ne restez pas trop longtemps dans votre zone de confort, même et surtout si vous réussissez parce que l'entrepreneuriat est fait de cycles.

Vous ne resterez jamais éternellement dans le même cycle. Donc vous devez rester agile et adaptable. Et cela doit être inscrit au départ dans votre ADN d'entrepreneur.



**« Si tu vas trop loin,
tu sauras jusqu'où tu
peux aller »**

