

Se Récupérer d'un Détour imprévu



Il nous arrive tous, à certaines périodes de notre vie, de ressentir que nous n'avancions pas. Que même si on pose des actions et des efforts supplémentaires vers un objectif, rien de positif ne se passe. Même que la situation se met à empirer.

Vous vous dites alors qu'avec tous les efforts que vous avez faits, ça devrait bien fonctionner !

Il est alors possible, que ce qui vous a alors échappé, ce soit tout le brouhaha de votre vie quotidienne, additionné à cela vos espoirs, vos rêves et le travail ardu, que tout cet heureux mélange ait attiré votre attention ailleurs que sur votre voie et ait provoqué un détour inattendu... vous êtes maintenant hors route : peut-être même dans le champ !

Que faire alors pour récupérer le bon chemin et reprendre l'action sur la bonne voie, vers votre vrai objectif ?

Voici donc **3²** idées-actions qui peuvent permettre, pour vous ou une personne que vous estimez, de donner rapidement un nouvel élan à vos projets et vous aider à récupérer d'un détour imprévu : **Arrêtez, Recentrez, et... GO !**

1 – Tout d'abord : Arrêtez-vous ! Si vous ne vous arrêtez pas pour prendre connaissance de là où vous êtes, jamais vous ne ferez le virage dont vous avez besoin pour vous récupérer de ce détour inattendu.

Si vous ne vous arrêtez pas, si vous gardez les mêmes habitudes de pensées et de comportements, la situation ne fera qu'empirer. Vous ne me croyez pas ? Prouvez-moi le contraire ! Continuez sur la mauvaise voie pour voir où cela vous mènera !

2 – Prenez le temps d'élaborer un plan d'action, ce qui ne signifie pas de prendre son temps car il y a une grande différence entre prendre le temps et prendre son temps. Combien de projets n'ont jamais vu le jour en raison d'une planification trop en profondeur d'une personne qui a pris son temps... (soupir).

Faites un plan simple, ce qui peut demander un investissement de quelques heures à une ou deux journées (pas plus !) et faites une première action !

Vous verrez qu'à partir de ce moment, des lumières s'allumeront dans votre esprit et votre voie s'illuminera devant vos yeux. Essayez-le !

3 – Demandez de l'aide, et pas à n'importe qui ou à n'importe quel prix. Cette aide peut ressembler à :

- en parler à un professionnel;
- faire une recherche sur Internet;
- faire appel à une organisation structurée;
- parler à un collègue;
- ou demander l'avis à votre partenaire de vie, si vous êtes en couple;
- etc.

Demander de l'aide est une étape importante si vous ne pouvez répondre seul à la question suivante : Que puis-je faire de plus pour améliorer la situation ?

3² – Go ! Go ! Go ! : Quand il faut y aller, il faut y aller ! La recette est simple car la première chose à faire est de suivre ce conseil élémentaire :

Lorsque vous vous rendez compte que vous êtes dans un trou...

Premièrement : ARRÊTEZ DE CREUSER !!!

C'est fou comme on peut croire qu'en continuant de faire les mêmes actions, tout en entretenant les mêmes pensées et en appliquant la même recette, que les choses s'amélioreront comme par magie !

J'ai une petite nouvelle pour vous : Ça ne marche pas ainsi !

Vous devez vous arrêter, ensuite vous recentrer, tout comme lorsque vous êtes en automobile et que vous vous rendez compte que vous êtes perdu : vous vous stationnez, vous ciblez là où vous êtes, puis revoyez votre objectif sur votre carte, et ensuite vous pouvez repartir ! Parfois, il est aussi très utile de demander la route à un passant... vous voyez ?

Une fois que vous êtes recentré et que vous avez repris le mouvement, vous verrez comme la route à suivre deviendra évidente à vos yeux. Vous vous surprendrez même à vous dire : Pourquoi n'y ai-je pas pensé avant ???

Vous avez un défi ou vous sentez que vous vous dirigez dans une mauvaise direction ? Enclenchez le « mode solution » en vous arrêtant, vous recentrant et... Go ! Go ! Go !

Participer à **La Journée de Ressourcement «La Gestion de vos Priorités... de Vie!»** est un excellent outil pour :

1. vous arrêter, le temps d'une journée;
2. vous recentrer en suivant les conseils de plus de 25 années d'expérience en gestion des priorités;
3. puis d'entreprendre la prochaine étape de votre vie... avec FORCE!!!

www.paulrousseau.com/Seminaire-Formation-Gestion_Priorites.html

Selon vous : Jusqu'où irez-vous ?

* Je vous invite, comme chaque fois, à répondre aux questions qui suivent, un peu plus bas...

* **Vous désirez augmenter votre détermination ?**

Voyez Paul Rousseau en [Conférences et Formations Publiques](#).

Ne laissez pas votre prochain événement au caprice du HASARD !

Que ce soit pour une **Conférence de Motivation**, de **communiquer de nouvelles idées ou perspectives**, ou un **message délicat**... Confiez cette responsabilité à un professionnel !

Communiquez dès maintenant avec Paul pour vérifier ses disponibilités
Conférences et Formations → Tél.: 1-866-588-5220

Vous aimez ce bulletin ? Voyez **d'excellentes ressources** qui vous permettront de **parfaire vos talents et aptitudes**, tant dans votre vie personnelle que professionnelle.

Laissez-vous Guider par un Expert !

www.paulrousseau.com/Boutique_Achat_en_Ligne.html

de **là où vous êtes...** à **là où vous désirez être !**

Jusqu'où irez-vous ?

Copyright ©

Paul Rousseau, Consultant/Conférencier/Coach d'affaires

Provoque l'Action et l'Engagement à l'Excellence

Tél. : 1-866-588-5220

Véritable **Alchimiste du Potentiel** et auteur, il est concepteur de la formule **E = HOPLA²®**.

Paul Rousseau est reconnu pour ses capacités à transformer l'Attitude et le Leadership personnel, en permettant à des milliers de personnes d'accéder à leur prochain niveau d'Excellence.

Artiste martial, ceinture noire 2^e Dan dans six disciplines d'arts martiaux; Co-Fondateur de TopShape-Fitness.com, site de Bonne Forme et Santé, Paul Rousseau est un réel performeur.

Attitude – Automotivation – Leadership

Faites une Différence !

→ **Proposez maintenant Paul Rousseau
pour une prochaine Conférence dans votre organisation**

* Déjà inscrit ? Merci de [Donner au Suivant](#) :
www.paulrousseau.com/Chroniques/Donner_au_Suivant.html

* Pas encore inscrit ? [Inscrivez](#)-vous gratuitement au Bulletin dont **tout le monde** parle !
www.paulrousseau.com/Chroniques/Inscript-Newsletter-PaulRousseau.html

www.paulrousseau.com

- Réflexion créative -

Prenez un instant pour vous poser et répondre à ces questions :

- Suis-je conscient de là où je suis présentement : sur la bonne voie ou ai-je fait un détour imprévu sans m'en rendre compte ?

- Quels sont les principaux repères qui me permettent d'évaluer rapidement si je suis sur la bonne voie ou dans le champ (niveau de stress, fatigue, des problèmes après problèmes, déséquilibre familiale et/ou de santé, etc.) ?

1 - _____

2 - _____

3 - _____

...4 - _____

- **Comme Leader :** Qui puis-je aider à reconnaître sa bonne voie et à se recentrer pour mieux reprendre sa route ? (dans ma famille, dans ma profession; dans mes connaissances; en pratiquant un sport; etc.)

de là où vous êtes... à là où vous désirez être !

Jusqu'où irez-vous ?

- Faites suivre ce document à toutes personnes qui pourraient en bénéficier -