

Un Opposant de Taille !



Par ma profession, j'ai une chance inouïe de voir s'épanouir, devant mes yeux, des centaines de gens.

Ces transformations ne sont pas « grâce » à moi, mais plutôt à la suite des efforts et des prises de conscience, des gens que j'accompagne.

De mon côté, ma part se résume principalement aux questions que je pose, aux explications que je donne, ainsi qu'aux stratégies que j'enseigne, qui composent l'accompagnement que j'offre.

Mais le « travail », c'est chacun de mes clients qui le fait !

Cela dit, ce que je découvre, dans la plupart des cas, c'est que la personne « coachée » se retrouve devant un **opposant de taille**, qui lui semble pratiquement impossible à vaincre.

Détrompez-vous ! Je ne parle pas ici de gens qui souffrent de schizophrénie ou d'une quelconque autre maladie mentale grave. Pas du tout ! Ce sont des gens, qui désirent simplement résoudre un problème ou un défi, dans leur vie personnelle ou professionnelle.

Ce qui est trompeur, c'est que ce type d'opposant ne se retrouve pas devant eux, en personne, pour les combattre. Au contraire. Cet opposant est caché, quasi invisible, et il leur fait subir plusieurs difficultés, comme :

- Les empêche de passer à l'action;
- Leur fait faire des actions indésirables (autosabotage);
- Les garde éveillés la nuit;
- Les empêche d'être heureux;
- Les bloque devant le succès;
- Les empêche d'être en santé;
- Les retient d'avoir de l'avancement;

À quoi « ne ressemble pas » cet opposant ?

- Pour les sportifs, ce n'est pas l'opposant en face d'eux.
- Pour les gens d'affaires, ce ne sont pas leurs concurrents;
- Pour les parents, ce n'est pas leur enfant (et vice versa);

Le plus grand opposant que vous rencontrerez dans votre vie, **et que vous pouvez surmonter**, n'est pas un adversaire physique, mais il se trouve plutôt... à l'intérieur de vous-même !

Cet opposant représente :

- Vos peurs;
- Vos doutes;
- Vos fausses croyances;
- Vos pensées du passé;
- Votre identité, qui croit que vous n'êtes pas à la hauteur, que vous êtes un imposteur, que vous n'êtes pas assez bonne, assez forte, assez intelligent, etc.

Pour surmonter cet opposant, vous devez d'abord le reconnaître, puis le comprendre, et changer votre propre image de soi, votre identité, pour qu'il finisse par simplement... disparaître de votre vie !

Je vous donne une piste, qui vous permettra, tout d'abord, de reconnaître qu'il y a un opposant en vous, et ensuite, de cerner qui il est vraiment.

C'est très simple.

Comme à chaque fois, j'ai écrit 3 questions à la fin de ce texte, dans la section « **Réflexion créative** », et je vous invite à y répondre, en prenant quelques minutes, dans le calme et le silence, et voyez ce qui en émergera.

Allez ! C'est tout en bas !

Jusqu'où irez-vous ?

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

P.S.: Si toutefois vous vivez un changement important, et vous êtes en période d'incertitude, car vous avez une décision importante à prendre, ou encore vous désirez poursuivre votre élan dans l'une des 8 Facettes de votre Vie, comme exemple : Carrière, Famille, Santé, Finances, etc., et vous aimeriez être accompagné pour vous recentrer et/ou trouver votre voie, communiquez avec nous pour une consultation privée et confidentielle :

([Coaching MINDSET](#) ou [Coaching de Groupe](#) - info@paulrousseau.com , 1-866-588-5220)

L'Aspect Humain du Changement :

Pour que vous, et votre Équipe s'adaptent à l'Évolution de votre Organisation !

Ne laissez pas votre prochain événement au caprice du HASARD !

Que ce soit parce que votre organisation vit un **Changement**, ou pour une **Conférence de Motivation**, pour rallier les troupes, ou pour **communiquer de nouvelles idées ou perspectives**, ou transmettre un **message délicat**... Confiez cette responsabilité à un professionnel !

Communiquez dès maintenant avec Paul pour vérifier ses disponibilités

Coaching/Consultation, 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 Coach et Consultant expérimenté ! www.paulrousseau.com

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

Jusqu'où irez-vous ?

Copyright ©

Paul Rousseau, N.D., CMP, Conférencier/Coach/Consultant

Devenez une Personne Accomplie... de Corps et d'Esprit !

Tél. : 1-866-588-5220

Consultant d'Affaires, Conférencier, et Coach en MINDSET, Auteur, Artiste Martial (Ceinture noire dans 6 différentes disciplines d'Arts Martiaux), Paul Rousseau est Entrepreneur et Fondateur de [Top Shape Fitness](#), et du **Podcast MINDSET 360 sur Spotify et YouTube**.

Paul Rousseau enseigne par ses Actions ! Il partage sa philosophie [MINDSET 360](#), lors des conférences et formations (adaptables, sur mesure), et lors des sessions de Coaching personnel et d'équipes, auprès des gestionnaires et entrepreneurs.

Aujourd'hui, il accompagne les décideurs à réussir les changements importants qu'ils entreprennent, en aidant les gens à maintenir leur **MINDSET** et leur **FOCUS** envers leurs objectifs personnels et d'affaires, en faisant les bons choix, selon les bonnes pratiques, et en **Provoquant l'Action et l'Engagement**.

* Visitez PAULROUSSEAU.COM pour plus de détails.

Changement – MINDSET 360 – Leadership

Faites une Différence ! → Proposez maintenant Paul Rousseau pour une prochaine Conférence dans votre organisation

* Déjà inscrit ? Merci de faire suivre à toutes personnes qui pourraient en bénéficier !

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

www.paulrousseau.com

- Réflexion créative -

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

- Je réponds pour ma vie personnelle et ma vie professionnelle :
«À quel pourcentage je sens que j'utilise mon plein potentiel ?»
1 - Personnelle : _____
2 - Professionnelle : _____

- Selon moi, qu'est-ce qui m'empêche de me développer et m'épanouir davantage ? Qu'est-ce qui me bloque ou me ralentit ?

(si vous ne savez pas par où commencer, allez chercher de l'aide!)

- 1 - Personnelle : _____
- 2 - Professionnelle : _____

- **Comme Leader** : Qui puis-je aider à découvrir son Opposant de Taille, qui se cache à l'intérieur de lui/elle-même ?

Si je ne sais pas comment l'aider, vers qui puis-je le/la diriger ?

(cette personne que j'aide peut faire partie de ma famille, ma profession, mes connaissances, ou pratiquer un sport avec moi, 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 -