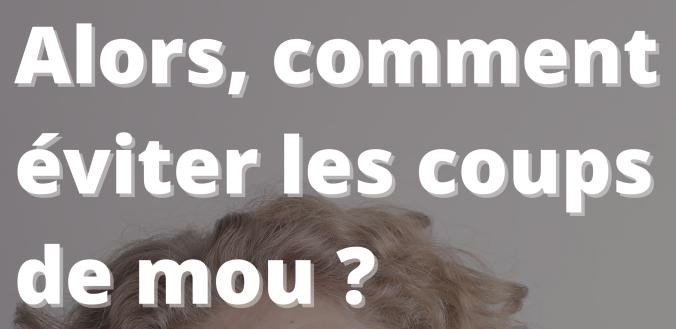


Vous vous sentez parfois K.O?



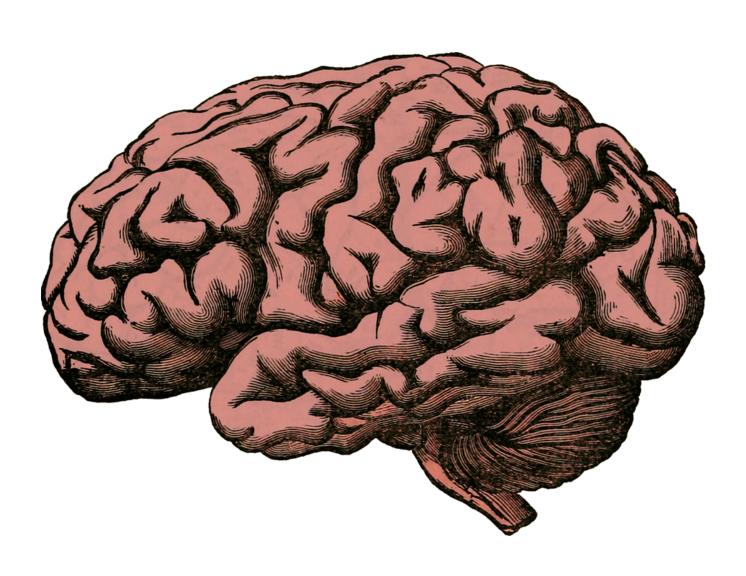


Perspectives lointaines, résultats incertains, objectif encore flou, essoufflement, difficultés à passer à l'étape suivante ...





Notre cerveau connaît la réponse



Notre motivation peut venir de l'externe*



Envie d'accroître son influence sociale



Envie d'éviter les problèmes



Envie de profiter des bons plans éphémères



Mais les plus fortes motivations sont intrinsèques



#1 Trouver un sens à nos actions

Astuce:

Rédiger en une page le pourquoi de votre projet



MON AMBITION EST DE (VERBE D'ACTION)



POUR (VOTRE CIBLE)



EN (PARTICIPE PRÉSENT)



AFIN DE (BÉNÉFICE)

#2 S'accomplir professionnellement

Astuce:

Créer un Kanban afin de visualiser ce que vous avez déjà fait







#3 Se sentir autonome et responsable

Astuce:

Définir des objectifs chiffrés tous les 3 mois et créer un tableau de bord pour mieux les piloter selon la méthode OKR



#4 Appartenir à un collectif

Astuce:

Profiter des stand-up meeting pour partager vos difficultés et aider à résoudre celles des autres.





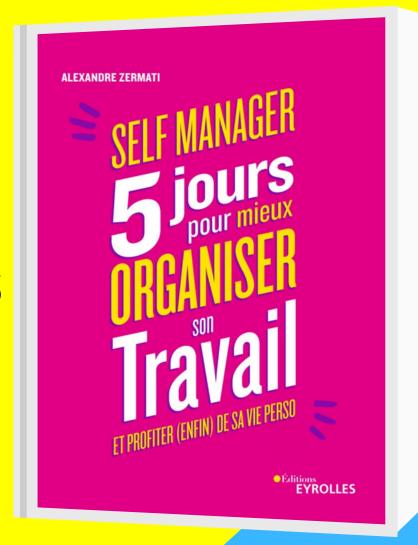
"Sachez vous éloigner car, lorsque vous reviendrez à votre travail, votre jugement sera plus sûr"
Léonard De Vinci



Alexandre Zermati

Gagnez en impact et en sérénité dans votre job grâce à une démarche déculpabilisante, agile et digitale

Plus d'outils pour faire avancer vos projets dans mon livre



https://alexandrezermati.info