

1 Minute pour Changer !

Episode 07.

La question à 1 million de dollars !

Et s'il existait une question puissante comme levier pour trouver des solutions?

C'est la clé PNL astucieuse que vous propose d'expérimenter Paul Pyronnet aujourd'hui.

Avez-vous remarqué que vous avez naturellement tendance à faire en priorité ce que vous aimez le plus et laisser trainer le reste ?

Je suis persuadée qu'en cherchant un peu, plusieurs exemples vous viennent en tête, n'est-ce pas ?

Cela peut être, régler un problème administratif, prendre du bon temps, passer un coup de fil qui ne vous enchante pas, ou commencer un régime pour être le plus beau ou la plus belle sur la plage cet été ? Bref, les idées ne manquent pas.

Alors ? Est-ce que pour 1 million de dollars, vous seriez prêt à traiter ce dossier qui vous pose tant problème aujourd'hui et que vous reculez sans cesse par manque de motivation ou de temps ? Oui ou non ? Allez, répondez franchement...

En réalité, nous adultes, nous fonctionnons très souvent comme des enfants et nous n'en sommes pas conscients

Proposez à votre enfant quelques bonbons pour effectuer quelque chose qu'il n'aime pas faire. Cela peut-être, ranger ses jouets par exemple et observez le résultat.

En ce qui me concerne, ça marche à tous les coups avec mon fils de 7 ans. Il va comme par magie trouver l'énergie

nécessaire pour le faire en un temps record et sans rouspéter, pour avoir sa récompense

L'enfant intérieur qui sommeille en nous fonctionne exactement de la même manière.

Nous avons besoin d'une bonne dose de stimulation pour nous aider à accomplir ce que nous aimons faire le moins.

Vous connaissez certainement l'expression « **Aide-toi, le ciel t'aidera** »

Pour vous aider à vous motiver et accomplir une tâche qui ne vous motive pas vraiment, nous vous invitons à tester ceci :

Donnez-vous une limite de temps et dès que c'est fait, récompensez-vous pour célébrer votre succès !

La clé d'observation PNL du jour est de trouver suffisamment d'énergie stimulante pour accomplir dans le temps que vous vous êtes impartis ces fameuses tâches qui vous posent problème. Une limite de temps vous permet de canaliser l'énergie nécessaire et de concentrer vos actions pour qu'elles puissent s'effectuer dans le délai que vous vous êtes fixé.

Si vous laissez trainer encore davantage les choses par manque de motivation ou de temps, vous allez vite passer « en mode procrastination » et ça...c'est mauvais.

Votre cerveau adore être stimulé ! Fixez-lui des challenges et récompensez-vous pour ça.

Faites le test et observez vos résultats, c'est surprenant !

Si vous souhaitez partager vos expériences, laissez-nous un commentaire ci-dessous.

A très vite pour la suite en vidéo... 😊

Karima Rostane

Rédactrice PNL AUDIO INSTITUT

Editeur : <https://self-training.com/la-question-a-1-million-de-dollars/>

