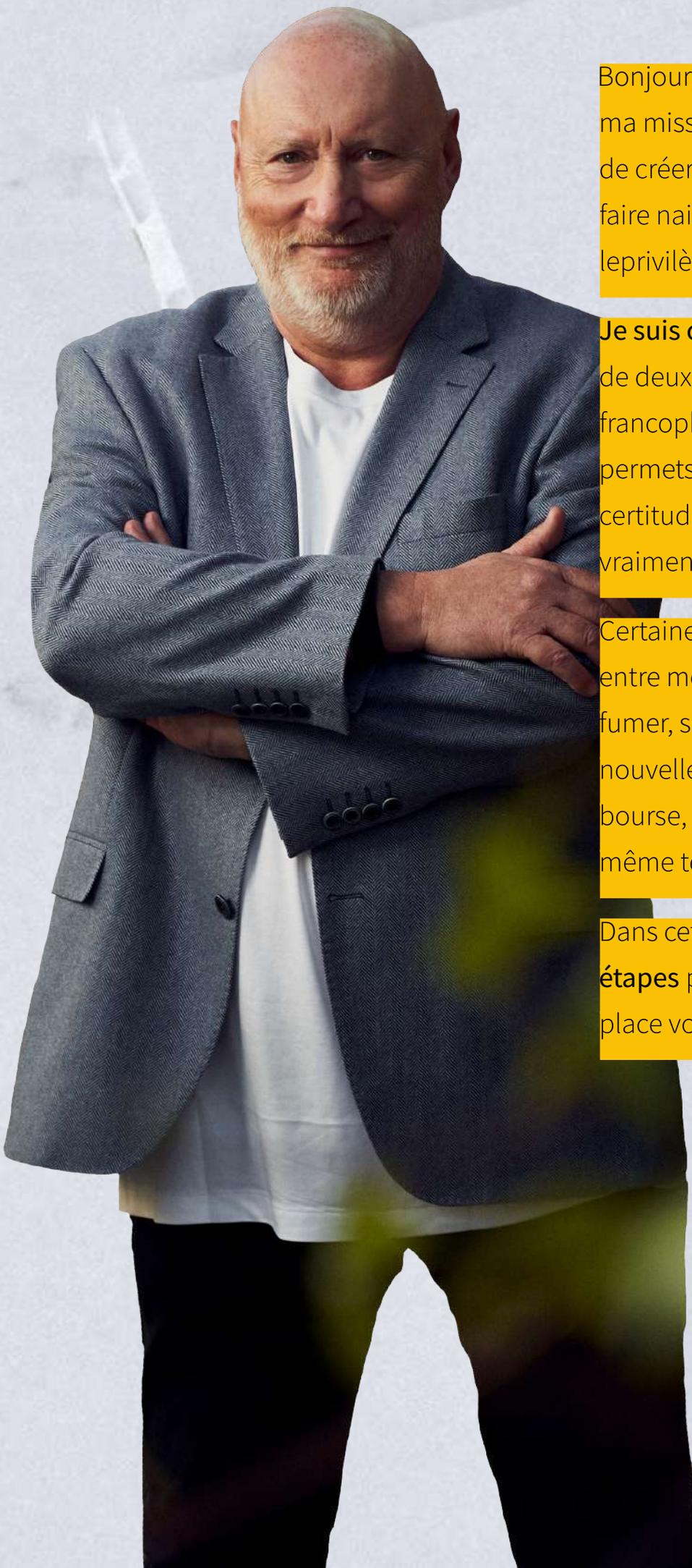




Check-list :

4 Étapes Pour Atteindre Vos Objectifs



Bonjour, mon nom est **Roger Lannoy**, ma mission est de déclencher la faculté de créer, de développer de l'énergie, et de faire naître le potentiel chez les gens que j'ai le privilège de rencontrer.

Je suis coach international depuis plus de deux décennies, le partenaire d'Europe francophone d'Anthony Robbins. Je permets à mes clients de trouver plus de certitude, et de créer la vie qu'ils veulent vraiment.

Certaines personnes ont plein d'objectifs, entre monter leur entreprise, arrêter de fumer, se remettre au sport, apprendre une nouvelle langue, faire de l'argent avec la bourse, etc... Elles *essaient* de tout faire en même temps, sans trouver de point départ.

Dans cette check-list, je vous dévoile **4 étapes** pour lister vos objectifs et mettre en place vos priorités.

Roger Lannoy

étape 1

possibilité

Posez vous la question :

Qu'est-ce que je ferais si tout était possible?

Mettez-vous dans l'état d'esprit d'un enfant qui attend sa lettre au père Noël... Pour lui, rien est impossible ! S'il veut une piscine dans sa maison, li la mettra. Et si li a un copain avec lui, li lui dira *je mets une piscine pour moi, et une pour toi !*

Retrouvez cet état d'insouciance pour faire ressortir ce que vous voulez vraiment, aussi fou que ce soit.

Mettez une musique qui vous inspire en fond, et écrivez sans vous arrêter tout ce que vous voulez.

Je vous conseille d'ailleurs de créer un **journal du succès**, si ça n'a pas été fait. Ce journal est un cahier dans lequel vous mettrez tous vos objectifs et votre travail de développement personnel.

étape 2

répartition

Pour y voir plus clair, répartissez vos **objectifs** dans les **sept domaines principaux**:

1. Corps
2. Émotionnel
3. Relations.
4. Temps
5. Carrière
6. Finances
7. Célébration et Contribution

étape 3

date limite

À côté de chaque objectif, définissez une **date limite** entre 1, 3 et 5 ans.

Il est important pour votre cerveau de définir avec précision la durée que vous vous réservez pour atteindre votre **objectif**.



january

m	t	w	t	f	s	s
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

notes

february

m	t	w	t	f	s	s
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

notes

march

m	t	w	t	f	s	s
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

notes

étape 4

priorité

Maintenant, l'étape - parfois difficile - mais capitale : **Sélectionnez uniquement un objectif par domaine.**

Je sais que ça peut paraître difficile de faire des choix, et pourtant, li faut le faire.

Votre attention est une ressource limitée, si vous vous dispersez, vous risquez de la perdre. Trop d'objectifs sont une distraction qui vous empêchera de les réussir.

Au moment de faire votre choix, posez-vous une autre question:

Si je devais faire une seule chose dans ma vie, qu'est-ce que ça serait ?



Transformez Votre Vie

Cet exercice pour déterminer vos objectifs et les prioriser est puissant. Gardez toujours en tête de garder un focus précis, faites de votre objectif une obsession. Plus vous essayerez d'atteindre de multiples objectifs, plus vous risquez de vous perdre.

Une fois atteint votre objectif, rien ne vous empêche de passer au suivant, cette stratégie est bien plus efficace.

Lorsque je vois un client s'éparpiller, ça me rappelle toujours **l'anecdote de l'âne**.

C'est l'histoire d'âne qui était affamé et assoiffé.

Il y avait un broc d'eau à sa droite et un broc de nourriture à sa gauche...
Sauf qu'il n'arrivait pas à se décider.

Un coup il allait à droite et se disait mais si je bois, je ne pourrai pas manger puis il se dirigeait à gauche et se disait mais si je mange, je ne pourrai pas boire.

Il continua d'aller de droite à gauche, de gauche à droite sans jamais atteindre ni boisson, ni nourriture.

Finalement, il mourra de faim et de soif.

L'âne aurait pu avoir les deux, simplement en procédant étape par étape.



Transformez Votre Vie

Donc faites cet exercice maintenant. Il vous suffit de 10 minutes pour déterminer vos priorités et savoir où aller.

Faites-le tout de suite, avant de le mettre de côté et de l'oublier.

Un PDF de trois pages est suffisant pour déterminer et prioriser vos objectifs. Maintenant, il est possible d'aller bien plus loin.

Dans mon programme

7 JOURS pour transformer votre vie

je vous montre comment déterminer vos objectifs plus en profondeur, travailler sur vos croyances, votre identité, tout ça pour vous atteindre la vie que vous voulez vraiment...

Vous verrez toutes les techniques que j'utilise en coaching et qui permettent à mes clients d'obtenir des résultats étonnants.

