

Conférence : La motivation et la réalisation de ses rêves.

Présentée par Denis Carignan, conférencier (418) 228-7930

denis_carignan@hotmail.com site web : deniscarignan.com

1) But de la rencontre

La motivation c'est l'é_____ qui nous p_____ dans une d_____.

2) Les 4 étapes de la motivation

2.1) Quelqu'un de motivé veut combler un b_____.

2.2) On comble notre b_____ dans un objet.

2.3) On doit c_____ qu'on est c_____ d'atteindre l'objet.

Tranche de vie : Elsa la louve des SS et sœur Carmen.

ce qui a le plus d'impact sur la motivation c'est le **sentiment de capacité

Qui va gagner, Elsa ou sœur Carmen?

Quelles sont vos croyances? : Histoire de l'éléphant.

2.4) On fait des actions pour atteindre l'objet.

3) La caractéristique de ceux qui réussissent de grandes choses et qui restent motivés est la p_____. (Histoire du vendeur)

Ils le sont pour 2 raisons.

Première raison : Exercice de la prise de 220 volts.

Ils trouvent cette passion, cette énergie lorsqu'ils sont branchés et en contact avec leur vrai s____, leurs vraies v_____ et leurs vrais b_____.

Pour quelle raison sommes-nous parfois fatigués de notre vie ? (**Histoire du bœuf**)

Certains vivent avec Yvon.

Deuxième raison : Ils gèrent leurs pensées et leurs croyances de manière **constructive**. Ex : Le coureur, Edison.

Une journée de souci peut être plus fatigante qu'une semaine de travail.

Exercice dans 10 ans : Corps, finance, amour, carrière.

L'auto-réalisation des prophéties : Processus par lequel nous **modifions** nos comportements pour confirmer nos croyances. Ex : Tu vas rencontrer une belle rousse!!

PS : On doit pouvoir dire à la fin de l'histoire : « GHEULE SAVAIS »

Attention à ceux qui vont bloquer vos rêves c'est-à-dire **vous** et **les personnes les plus proches de vous**. (**Jouez-vous un « auto tour »**).

Ex : Livreur de pizza, pas de botte d'hiver. Ne plus avoir d'espoir amène le désespoir.

Étapes à suivre pour programmer son rêve.

1) **Le voir dans sa tête.**

La plupart des gens n'atteignent pas leur rêve, car la plupart des gens ne savent pas ce qu'ils veulent. Ex : gardien de nuit.

2) **Parler.** (Attention aux vampires)

3) **Agir.** (Parler ne fait pas cuire le riz. Proverbe Chinois) La pensée à elle seule ne suffit pas. Vous devez acheter votre billet pour Cayo coco!!

4) **Maintenir l'image.** Collez une image sur le frigidaire ou mettez-la sur votre fond d'écran.

5) **Avoir la foi dans son projet.** Histoire de Disco duck