La MarkeTeam

# Définir le bon projet : Trouver votre Passion

*Ce document vous est offert par La MarkeTeam en complément de la formation « trouver votre marché idéal »*

*Note en préambule : Ces concepts sont très largement bâtis sur les livres d'Aline Lévesque, (Reproduction des listes de questions et tableaux autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de* Mission? Passions par le fil d'Ariane), *et de Bill Bartmann, qui m'ont moi-même permis de trouver ma voie.*

Bonjour et bienvenue dans cette étape qui va vous permettre de définir votre projet.

Cela va se passer en 2 temps :

1. **Premièrement, vous allez choisir un sujet qui correspond profondément à vos aspirations, à vos passions.**
2. **Et deuxièmement, vous allez définir plus précisément un projet qui vous permet de traduire, d'exprimer cette passion, ou cette mission que vous allez découvrir.**

Pour la première partie, qui consiste en fait en quelque sorte à « **trouver votre voie »** dans la vie en général, nous avons décidé de vous aider en partageant avec vous des méthodes issues de nos lectures que nous-même nous avons utilisé, que des personnes de notre entourage ont aussi utilisé avec succès, et que nous conseillons régulièrement aux entrepreneurs que nous coachons.

Ce sont des **techniques d'introspection**, qui vous permettent de trouver votre voie, un peu en suivant la méthode d'un détective qui mène une enquête. Vous allez recherchez des indices, et parmi ces indices vous trouverez un point commun, qui vous permettra d'identifier votre passion, votre mission si vous voulez, que vous pourrez ensuite exprimer via votre projet de site web.

Alors c'est un travail qui s'appuie notamment sur des séries de questions d'une efficacité redoutables. C'est pour cela que nous vous avons préparé un document pdf pour vous permettre de suivre cet exercice pas à pas et à votre rythme. Ce document est téléchargeable juste en dessous de cette vidéo. Faites simplement un clic droit sur ce lien, puis cliquez sur enregistrez sous.

Je vais tout de même vous présenter cette méthode dans cette vidéo, pour que vous aillez un aperçus de ce plan. Il vous restera alors à lire ce document, et surtout, à mettre en application la méthode que nous décrivons. C'est extrêmement efficace, et cela a une importance considérable.

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

D'une part, parce que cela vous permettra de savoir si votre projet correspond à votre personnalité. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez dire adieu à vos chances de succès. D'autre part, cela va vous donner une énergie incroyable pour la suite, parce que vous serez alors toujours convaincu que votre projet est le bon projet, et que c'est celui qui va vous permettre de vous épanouir.

**Choisir votre Mission**

Votre mission est en quelque sorte votre raison d'être, qui va au-delà de la simple survie. C'est ce qui nous caractérise en tant qu'être humain : pouvoir choisir une voie qui nous est unique, et ne pas subir le cours des événements.

Notre bien-être, notre bonheur dépend de cette capacité à trouver notre mission de vie. Alors, il ne va pas s'agir d'une idée tombée du ciel, ou d'une idée « pour faire bien », mais simplement de laisser s'exprimer votre personnalité et vos talents.

*« Vivre est la chose la plus rare au monde, la plupart des individus ne font qu'exister » Oscar Wilde*

Une des choses auxquelles vous devez faire attention, c'est de ne pas tomber dans le piège de choisir une mission qui n'est pas la vôtre, parce que trop influencée par votre environnement, ou des comportements « biens vus » par votre entourage.

Vous vous en mordrez les doigts, et devrez de toute manière un jour ou l'autre repartir de zéro.

Cette passion est comme les américains l'appellent un « burning desire », un **désir brûlant.** C'est une force en vous qui vous pousse à exercer telle activité, à adopter telle ou telle posture dans des situations de votre vie (l'empathie, l'enthousiasme…).
Le petit poucet avait semé des cailloux pour retrouver son chemin. A la place des cailloux, cette fois, le fil conducteur sera tout ce qui vous fait vibrer intérieurement depuis toujours : vos passions, vos succès.

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

En effet parfois, vous vous égarez, comme si vous étiez au prise avec le minotaure dans votre labyrinthe intérieur. Ce monstre porte plusieurs noms : masques pour plaire, ambitions pour prouver votre valeur, réactions émotionnelles, haine de vous-même, piètre image de vous-même. Malheureusement, ces monstres vous ont coupé de votre vraie nature, et vous devez donc les dompter pour trouver plus aisément votre vraie nature.

En regardant en arrière, vous allez trouver des indices pour trouver votre réelle mission : les instants de bonheur, créativité, désir de vivre plus pleinement, enthousiasme, joie, ou encore satisfaction.

A l'inverse, les signes d'éloignement de votre mission sont : la dépression, les obstacles incontournables, l'ennui, l'insatisfaction chronique, la maladie.

Si vous réalisez votre passion, cela provoquera ce sentiment de satisfaction profonde qui consiste à ressentir que vous avez un impact sur le monde ou votre entourage. Que cela change quelque chose.

Je vais à présent vous proposer un exercice complet, qui permet de réaliser votre introspection, et ainsi au final de découvrir votre passion.

**Trouver votre passion**

**1ère étape : Comprendre qui vous êtes**

Pour trouver votre passion, vous devez bien évidemment vous connaître. Beaucoup d'entre nous ne connaissent que la partie immergée de l'iceberg, et ainsi concentrent leur énergie sur un projet ou une mission qui ne leur correspond pas. Il est aussi possible que vous ayez du mal à ressentir une passion qui vous prend aux tripes. C'est ce travail d'introspection qui va vous donner tous les indices pour identifier votre mission de vie.

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

Pour débuter, voici ce que je vous demande de faire :

**Faites votre « inventaire » :**

- vos valeurs : croyance qu'une conduite est meilleure qu'une autre : ce qui vous met hors de vous, une valeur qui vous est indispensable pour vivre : amitié, amour, autonomie, beauté, bonheur, honnêteté, paix, liberté, plaisir, pouvoir, respect de soi, sagesse, épanouissement, harmonie intérieure, érudition, confort...

- vos qualités

- vos aptitudes et talents : disposition naturelle, prédisposition, don, facilité, adresse, ou capacité acquise et reconnue. Soit toutes les habiletés où vous excellez. Tenir la compta, danser, peindre, skier, cuisiner, coudre, inventer, faire de l'humour, conseiller, prévoir... Faites la liste de ceux déjà évidents dans votre jeunesse, et de ceux que vous maitrisez maintenant

Faites la liste de ceux que l'on vous reconnaît. Et listez 3 talents dont vous êtes particulièrement fier.

Par exemple, si je prends mon cas, voici ce que cela donne :
1. Ma capacité à trouver des stratégies optimal dans tous les domaines de ma vie afin d'avoir de meilleur résultats
2. Ma capacité à pouvoir pensé positif
3. Ma capacité à pouvoir redonner l'énergie à tout un groupe

Continuer avec …

- Vos actifs physiques : santé, flexibilité, capacité à faire du sport, à se déplacer seul...

- Votre personnalité : introverti, extraverti, aimable, expressif, fonceur...

- Vos réalisations : dans tous les domaines de votre vie, travail, loisirs, jeunesse, famille, quels problèmes avez-vous éprouvés et réglés ?

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

Comment avez-vous fait preuve d'originalité ou d'initiative ?

- Vos intérêts : les domaines qui vous enthousiasment, sans lesquels vous ressentiriez un vide, quand est-ce que le temps passe plus vite ? Arts, culture, communication, développement personnel, environnement, littérature, musique, nature, poésie, politique, faune, finance, flore, histoire, humour, informatique, psychologie, recherche, spiritualité, santé, technologie, voyages...

- Quels genres de personnes vous intéressent ? Gens simples, cultivés, artistes...

- Quels projets vous stimulent ? Voyages, fêtes à organiser, excursions...

- De quels sujets aimez-vous vraiment discuter ? Politique, environnement, situation des femmes, sport...

Quels sont vos passe-temps ? Recevoir des amis, la lecture, faire du vélo...

Commencer par faire l'exercice en vous appuyant sur votre connaissance de vous-même, puis allez voir des proches de confiance et demandez-leur quelle perception ont-ils de vous. Cela vous éclairera certainement sur ce qui est en vous.

Attention, ne jouez pas au modeste en faisant cet exercice, car vous devez y mettre le plus d'éléments possibles, et ne surtout pas vous sous-estimer. Vous pourriez passer à côté de points très importants de votre personnalité.

Suite à cet exercice, vous avez de la matière pour trouver vos passions.
Je vous invite à approfondir ce sujet via cette série de questions :

- Qu'est-ce que j'aime faire? Qu'est-ce qui est facile pour moi? Qu'est ce qui me procure de la joie et qui me rend heureux ?
- Qu'est-ce qui compte le plus pour moi dans la vie
- Ce qui me donne le plus de satisfaction dans la vie (à faire, à être avoir)
- Quel type de livres ou d'émissions me captive ?

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

- Les causes qui me tiennent à coeur ?
- Qu'est-ce qui me fait décrocher un sourire, seulement à le mentionner ou à le voir ?
- Quel type de personnes m'emballent ou m'exaspèrent ? Quelles activités me régénèrent?
- Qu'est ce qui inspire ma créativité, qui m'allume ?
- Est-ce que j'ai le feu sacré pour quelque chose ?
- A quoi est-ce que je consacre mon temps libre ?
- Si j'avais la garantie de réussir, qu'est-ce que j'entreprendrais dès maintenant?
- J'ai toujours dit (ou pensé) que je ferais telle ou telle chose

**Retracez votre histoire :**

Vous avez maintenant identifié vos passions. Cependant, pour y voir clair parmi ces différentes pistes, il est très utile d'effectuer un retour en arrière. En remontant dans votre jeunesse, votre adolescence, et même votre enfance, vous allez trouver les racines de votre véritable projet de vie. Que votre histoire soit heureuse, triste, hors norme ou sans vagues, vous pourrez y extraire les indices de votre mission.

Parcourez toute votre vie : votre enfance, votre adolescence et votre âge adulte et décrivez les choses suivantes :

- le milieu dans lequel vous avez évolué
- vos occupations à l'époque
- ce qui vous faisait rêver
- ce que vous vouliez devenir
- les choses ou personnes qui vous ont inspiré
- ce que vous avez appris et apprécié (école, université, travail)
- vos histoires vécues « à répétition »
- vos leçons de vie
- vos choix déterminants
- les moments les plus heureux
- On a toujours dit de moi que j'étais qqun de … combatif, passioner, drôle, travailleur …

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

Puis décrivez,

- votre plus grand intérêt
- votre principale qualité
- vos talents dont vous êtes les plus fier
- votre réalisation dont vous êtes le plus satisfait
- ce qui vous « allumait » le plus
- votre plus grande passion.

**2ème étape : votre vision d'avenir**

Nous allons maintenant creuser de plus en plus, et affiner tous ces éléments pour tout doucement arriver à une vision claire de votre avenir.

Voici 4 questions pour trouver votre vision d'avenir :

- quel est mon idéal de vie ?
- Qu'est-ce qui compte le plus pour moi dans la vie?
- Qu'est-ce que j'oserais... si j'avais la certitude de réussir?
- Quels sont les 3 rêves ou gands objectifs que j'aimerais atteindre dans ma vie ou d'ici 10 ans.

Voici les domaines parmi lesquels vous pouvez chercher :

- mental/intellectuel/psychologique : attitude, personnalité, confiance en soi, choses à apprendre ou à découvrir, lieux à visiter, problèmes à résoudre
- physique : santé et bien-être, forme physique, posture, hygiène, apparence, poids
- familial/social : relation de couple, relation enfants/fratrie/parents, communication, comportement, amitiés, ouverture aux autres, servir la communauté, loisirs, connaissances culturelles, traits de caractères de mon/ma futur partenaire.
- Spirituel : temps passé en méditation ou dans la nature, musique qui me connecte, spiritualité pour une quête de sens de la vie, pratique religieuse, façons dont j'aimerais servir ma communauté.
- financier/professionnel : Confucius disait : « choisissez un travail que vous aimez et vous n'aurez pas un travailler un seul jour de votre vie ». votre emploi est-il un rêve, un but, un véhicule pour attendre vos objectif? Quelles sont les projets ou idées que vous aimeriez réaliser ? - --

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

Quel style de vie je désire ? Quelles sont les choses que j'aimerais posséder? Comment je vois ma retraite ? Est-ce que je pense mériter de réussir financièrement et mériter les belles choses de la vie ?

**3ème étape : Prioriser vos passions, trouver votre mission**

**Vous touchez au but !** Le moment est venu de décanter toutes les informations écrites jusqu'à présent, pour **trouver votre fil conducteur**.

Une bonne façon de le trouver est de procéder ainsi :
*Imaginez qu'il vous reste 6 mois à vivre... et écrivez la suite !*

*Pendant cette période, vous êtes en santé et vous voulez réaliser ce qui compte le plus pour vous. Ecoutez votre coeur, et ne vous attardez pas sur l'aspect financier. Puis laisser monter en vous ce vient du tréfonds.*
*La plupart de temps, les quelques idées qui vous viennent à l'esprit pointent des éléments cruciaux.*

Lorsque vous avez fait cet exercice, vous devez jouer au détective pour trouver votre voie :

1. soulignez les mots qui reviennent constamment
2. trouvez les indices récurrents, même au delà des mots
3. retracez les expériences que vous avez décrites de façon très enthousiaste
4. décelez les émotions que ces exercices ont provoquées
5. déterminez les rôles récurrents que vous occupiez quand vous vous êtes dit heureux et satisfait
6. et prenez absolument compte des résultats de l'exercice « 6 mois à vivre ».

Vous allez trouver un **lien récurrent, un point commun**, quelque chose qui relie votre inventaire, votre histoire, vos passions, et ce que vous avez notez dans les « 6 mois à vivre ». C'est ainsi que vous allez trouver votre « **mission de vie** ».

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com

A présent, vous pouvez mettre sur papier les choses suivantes :

- quel est le lien entre mes passions?
- Quel est le talent que je souhaite mettre au service des autres ?
- Quelle est la ou quelles sont les valeurs constantes?
- quelles sont les qualités significatives pour moi?
- Quels éléments font que je suis unique?
- En bref, quelle vision ai-je de mon avenir?
- Quel est le ou quels sont les verbes qui me définissent encore bien?

Lorsque c'est fait, essayez de **rédiger une phrase décrivant votre mission de vie**. Pour ce faire, reprenez les mots-clés qui reviennent, et rassemblez-les dans une phrase qui décrit de manière positive votre voie à suivre.
Réécrivez-là jusqu'à ce que sa lecture vous enthousiaste, et que vous sentiez qu'elle vous « prend aux tripes ». Vous sentirez alors que vous êtes en accord avec vous-même, que c'est la bonne voie à suivre, et qu'elle correspond exactement à vos aspirations profondes.

Attention ! Prenez votre temps, il n'y a pas d'urgence, Il vaut mieux prendre quelques jours, voire quelques semaines pour parvenir à trouver votre mission, car cela détermine votre succès ou votre échec.

Lorsque vous en êtes là, posez-vous un maximum de questions, de « pourquoi », pour en comprendre les raisons et le renforcer par une signification profonde de votre engagement. Vous pourrez alors consulter ces raisons si un jour vous êtes confrontés à des obstacles difficiles à surmonter ou en proie à un découragement passager, et cela dopera la puissance de votre moteur !

Voici ce que vous devez faire maintenant: télécharger le livret PDF fourni que vous pourrez trouver juste en dessous de cette vidéo en faisant un clic droit sur le lien et cliquant sur enregistrer sous. Vous retrouverez toutes les informations fourni dans cette vidéo en détail. Prenez bien votre temps pour faire cet exercice qui est d'une importance primordiale pour votre projet !
À bientôt dans la prochaine vidéo !

Copyright 2011 lamarketeam.com Toute reproduction interdite

*Ce document s'appuie sur les livres d'Aline Lévesque, et de Bill Bartmann.*

Reproduction autorisée par Aline Lévesque, MBA et auteure de *Mission? Passions par le fil d'Ariane (pages 53.73.74) :* www.missionpassion.com , www.estime-plus.com