

communicateurs EFFICACES

Comment enthousiasmer infailliblement les autres!

Comment montrer votre enthousiasme?
Si vous voulez que les autres vous écoutent avec enthousiasme, vous devez apprendre à le projeter.
Comment? En vous entraînant avec votre enregistreur (MP3 ou caméscope)!!

1. D'abord, vous devez apprendre à vous motiver vous-même.

L'enthousiasme c'est aussi une question de décision interne.
Enthousiasmez-vous, vous-même, en vous disant intérieurement des choses qui vous chargent en énergie positive, telles que :

"Je suis heureux de leur dire"...
"Aujourd'hui c'est une occasion formidable de leur expliquer...",
etc.

Dites-vous bien que si vous arrivez à vous motiver vous-même, vous êtes sur la bonne voie pour parvenir à motiver les autres !

2. Servez-vous de votre voix.

Apprenez à dire les mots-clé dans une phrase avec plus d'intensité. Changez le rythme de votre débit ainsi que le volume. Enregistrez-vous sur votre enregistreur.
Entendez-vous l'enthousiasme dans votre voix ? Est-ce difficile de vous enthousiasmer tout seul dans votre chambre ? Dites-vous bien que si vous arrivez à mettre l'enthousiasme dans votre voix dans

ces conditions, cela vous sera facile devant un public réel.
Amusez-vous à jouer un peu la comédie !

3. Et maintenant, ajoutez les mouvements !

Parlez et bougez en même temps.
Exagérez les mouvements. Amusez-vous à faire des gestes amples, à laisser sortir votre enthousiasme pour ce que vous avez à dire, avec votre corps. Osez en faire trop ! Ne vous inquiétez pas : dans la situation réelle, vous ferez juste ce qu'il faut (mais certainement un peu plus qu'avant).

4. Souriez et amusez-vous à ajouter des expressions à votre visage.

Vous voulez convaincre ? Alors dites-vous bien qu'un sourire fait des miracles.

Ces exercices s'adressent à des personnes qui ont vraiment beaucoup de mal à montrer leur enthousiasme face à un public. Dites-vous bien que ce n'est pas facile de transformer des attitudes qui sont bien ancrées en nous, peut-être depuis notre enfance !

Mais dites-vous aussi que, lorsque vous avez une mission de communication importante à réussir, le fait de savoir montrer votre enthousiasme peut considérablement aider à persuader les autres.

Comment décider vite et bien ?

Prendre une décision coûte souvent beaucoup de temps et d'énergie.
Voici quelques conseils pour rendre les choses un peu plus faciles :

- Prenez rapidement les décisions qui concernent des problèmes mineurs. Les repousser à plus tard est une source de stress inutile.

- Sachez que certains problèmes n'ont pas de solution ! Parfois, il vaut mieux laisser les choses se passer d'elles-mêmes plutôt que de perdre du temps à vouloir décider à tout prix.

- Lorsqu'une décision est prise, ne revenez pas dessus. L'indécision engendre l'indécision !

- Écrivez votre problème. En le regardant, il deviendra plus facile à analyser (le lire à haute voix peut rendre le même service !).

- Si une décision est difficile à prendre, partez à la recherche d'informations supplémentaires. Peut-être trouverez-vous un détail négligé ou ignoré qui apporte la solution. Attention ! Ne devenez pas une victime de la paralysie de l'analyse : dès que vous avez suffisamment d'informations, décidez !

- Cherchez plusieurs solutions, ou des bouts de solutions. Trouvez la meilleure alternative ou combinez-les.

- Ne cherchez pas la solution parfaite ! Elle existe rarement. Choisissez la meilleure dans les circonstances données.

- Veillez à ce que vos décisions soient appliquées et à ce qu'elles aboutissent.

Comment faire pour ne pas laisser s'échapper les bonnes idées ?

Les idées nous viennent quand elles veulent - souvent aux moments les plus inattendus. Écrivez-les toutes et toujours. Faites-vous une note, deux/trois mots suffisent. Ayez toujours de quoi écrire sous la main. Même dans votre salle de bains et dans votre voiture. Sinon, n'importe quel bout de papier fera l'affaire : une pochette d'allumettes, une serviette en papier, votre pda ou votre téléphone...

Plus tard, à votre bureau, reprenez votre bout de papier et reprenez vos mots pense-bête. Écrivez votre idée avec un peu plus de détail dans votre carnet de notes personnel, dans microsoft office one note, google note ou un programme de ce genre. Et pourquoi pas dans FreeMind (<http://url-ok.com/8c8c07>) ?

Relisez vos notes régulièrement. Le fait de les transcrire dans votre carnet de notes vous oblige à clarifier vos idées ; le fait de les écrire vous les fera mieux mémoriser.

Enfin, gardez vos carnets et archivez vos notes informatiques : vous pourrez retrouver vos idées lorsque vous en aurez besoin, même après plusieurs années.

Dans le prochain numéro :

- Le secret des gens aimés et appréciés de tous,

- 8 conseils pour bien s'entendre avec les autres.