

CHALLENGE 5 JOURS · JOUR 2

Les 9 croyances

Support de travail participant

*Garde tes 3 phrases d'hier sous les yeux : on s'en ressert plusieurs fois aujourd'hui.
Neuf croyances, en trois verrous. Pour chacune, une seule chose à faire : repérer
honnêtement celles qui opèrent chez toi. Personne ne lira ce que tu écris ici.*

POUR RAPPEL · Le test des 3 phrases

Complète ces 3 phrases, l'une après l'autre, sans te censurer. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, juste ta matière.

Au fond, je sais que je dois...

Mais je ne le fais pas parce que...

Et tant que je ne le fais pas, je continue à...

VERROU 1 · Le doute sur le véhicule

LES TROIS CROYANCES

- 1 | Le temps va régler le sujet. Ça va se décanter.
- 2 | Il me faut plus de données, plus de recul, et j'arriverai à trancher.

3 | C'est mon organisation et mon équipe, pas une décision que je n'ai pas posée.

CHAT

Laquelle de ces 3 croyances te parle le plus aujourd'hui ?

Entoure : 1 · 2 · 3

Le sujet n'est ni dans le temps, ni dans l'analyse, ni dans l'organisation.

VERROU 2 · Le doute sur le tiers

LES TROIS CROYANCES

- 4** | Je peux y arriver seul. J'ai déjà résolu mille problèmes.
- 5** | Mon contexte est trop spécifique, personne ne peut le comprendre.
- 6** | Je ne suis pas sûr que ce soit pour moi.

SONDAGE

À quel point te sens-tu capable de traiter ce sujet complètement seul, sans aucun regard extérieur ?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 1 = pas du tout · 5 = totalement

MA NOTE

Un tiers ne remplace pas ta décision. Il rend sa traversée possible.

VERROU 3 · Le doute sur soi

LES TROIS CROYANCES

- 7** | Je ne suis pas prêt.
- 8** | Il y a un angle que je ne vois pas.
- 9** | Je ne saurai pas tenir la décision après.

Rien à écrire ici. Trois repères à garder.

CLARIFIER : nommer le vrai sujet. · RECALIBRER : les croyances, les postures, les rôles et les systèmes. · SÉCURISER : préparer le système et les humains à porter.

Tu n'auras pas à tenir seul une décision mal préparée.

On ne devient pas prêt à poser une décision. On devient prêt en la posant.

EXERCICE · 12 MINUTES · CHIFFRES PERSONNELS · Le chiffrage du statu quo

Prends la décision que tu portes, celle de tes 3 phrases d'hier. Et quantifie. Écris les chiffres : pas approximatif, précisément.

- 01** Depuis combien de mois exactement tournes-tu autour de ce sujet ?

mois

- 02** Combien d'heures par semaine partent à entretenir ce sujet ?
Réunions, conversations, ruminations.

heures / semaine

- 03** Quel impact concret sur ton résultat d'exploitation ? À la louche, mais chiffré.

euros

- 04** Combien de nuits sans dormir, sur ces mois-là ?

nuits

Ce que ce calcul me montre, et que je ne voyais pas :

Rendre visible un coût qui, jusqu'ici, restait invisible.

UNE DERNIÈRE OBJECTION · Si je tranche, ça va créer des remous

Ne pas trancher crée déjà des remous. Tu ne les vois pas, parce qu'ils sont souterrains : arbitrages reportés, conversations incomplètes, zones grises, énergie qui part.

C'est exactement ce qui les rend ingérables.

CHAT

Ce que je retiens de mon calcul, ou de l'une de ces croyances :

Ne pas trancher crée déjà des remous.

CE QU'ON VIENT DE TRAVERSER · Les 9 croyances

Entoure celles qui ont vraiment résonné.

VERROU 1 · LE VÉHICULE

- 1 Le temps va régler ça
- 2 Il me faut plus d'analyse
- 3 C'est mon organisation

VERROU 2 · LE TIERS

- 4 Je peux y arriver seul
- 5 Mon contexte est trop spécifique
- 6 Ce n'est pas pour moi

VERROU 3 · SOI

- 7 Je ne suis pas prêt
- 8 Un angle que je ne vois pas
- 9 Je ne saurai pas tenir

Pas plus de clarté. Pas plus d'éléments. Pas plus de temps.

DEMAIN · JOUR 3

Comment une tension cache une décision pas posée

Même heure. Garde ce support et ton chiffrage sous les yeux.