

Trois actions imparfaites

Fiche d'exercice · Imparfais, libres et heureux, Christophe André

DURÉE

30 minutes, puis trois gestes dans la semaine

MATÉRIEL

Cette fiche imprimée, un crayon

AXE 6

Préparation aux entretiens

AVANT DE COMMENCER

Tu vas poser trois gestes que tu remets, volontairement imparfaits. Le but n'est pas de bien les faire. Le but est de constater ce qui arrive vraiment, comparé à ce que tu craignais.

C'est l'idée centrale du livre : **l'action précède le sentiment**. On n'attend pas de se sentir prêt.

Étape 1 · Ce que tu remets

Trois choses concrètes que tu repousses parce que tu ne te sens pas prêt.

Ce que je remets	Depuis combien de temps
1	
2	
3	

Étape 2 · Ce que tu crains

Pour chaque geste, écris ce qui pourrait mal se passer. Précisément, pas « ça pourrait mal aller ».

GESTE 1

Ce que je crains

GESTE 2

Ce que je crains

GESTE 3

Ce que je crains

Étape 3 • Fais-les

Cette semaine. Volontairement à soixante-dix pour cent, pas à cent. Note la date après chacun.

Le geste	Fait le	Ce qui est arrivé pour vrai
1		
2		
3		

Étape 4 • Compare

Relis ce que tu craignais, à côté de ce qui est arrivé. C'est tout l'exercice.

Ce que tu retiens de l'écart

Le prochain geste que tu vas faire imparfaitement

Pour finir : garde cette page. Relis-la la prochaine fois que tu hésites à envoyer une candidature.

À RETENIR

Attendre de cocher toutes les cases d'une offre, c'est ne jamais postuler. **Les autres candidats n'attendent pas**, et ils ne sont pas plus prêts que toi.