

La métaphore de la TROTTINETTE

par ©France-Lise LABRANA

Connaissez-vous la métaphore de la trottinette ?

Moi non plus. Cette photo m'a juste inspirée. J'ai donc intitulé cet article la métaphore de la trottinette. Elle m'a fait penser à la motivation. Et je vous explique pourquoi.

Savez-vous que....

Le nom de la trottinette provient de la manière dont les employées des magasins faisaient les courses en villes. Elles faisaient des petits pas, très rapides, pour ne pas perdre de temps. Comme elles trottaient beaucoup et de manière récurrente, elles étaient appelées « Trottins », nom qui a donné naissance à l'appellation trottinette.

Ainsi, les premiers modèles de trottinette ont vu le jour dans les années 1930, en se référant à son ancêtre la patinette.

L'idée de la métaphore : la motivation

90% des personnes commencent en trottinant doucement pour être sûr de ne pas tomber. Jusqu'au jour où tu arrives à rouler plus longtemps sans poser le pied à terre. La trottinette teste ta stabilité, ton équilibre et encore plus ta motivation à y arriver.

Et même si parfois tu tombes, tu perds ton équilibre : soit tu n'as pas forcément envie d'y remonter ou soit tu persistes, tu veux y arriver et tu recommences une deuxième fois, puis une troisième fois, jusqu'à ce que tu y sois arrivé.

Étant d'une grande part PNListe*, j'affirme qu'il n'y a pas d'échec mais que des apprentissages. Ce qui signifie que tomber permet de mieux rebondir et d'apprendre de ce qui n'a pas fonctionné pour l'améliorer et éviter que cela se reproduise.

De plus, je citerai la phrase culte de Nelson Mandela qui s'impose en disant : « Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends »

Je pense que certains entrepreneurs se retrouveront dans cette métaphore. Quand tu construis ton entreprise, l'entrepreneur subit souvent des phases, des hauts et des bas, des manques de motivations, des pertes d'énergies. Et là, à ce moment-là, tu as l'impression de ne pas avancer, de stagner. Je fais référence à l'expression « je trottine, je n'avance pas »

La trottinette c'est un moyen de locomotion, un moyen pour arriver à ta destination. Quand on est motivé et que l'on aime ce que l'on fait, quand la motivation te guide, tu peux accomplir de belles choses. La volonté va de pair avec la motivation, ce sont des ressources illimitées. Ces deux alliées programment notre cerveau afin d'y intégrer des ressources positives. Quand la volonté est présente, votre cerveau vous conditionne à une motivation croissante et des ressources positives.

@coachilab

Rouler en trottinette seul ou accompagné ?

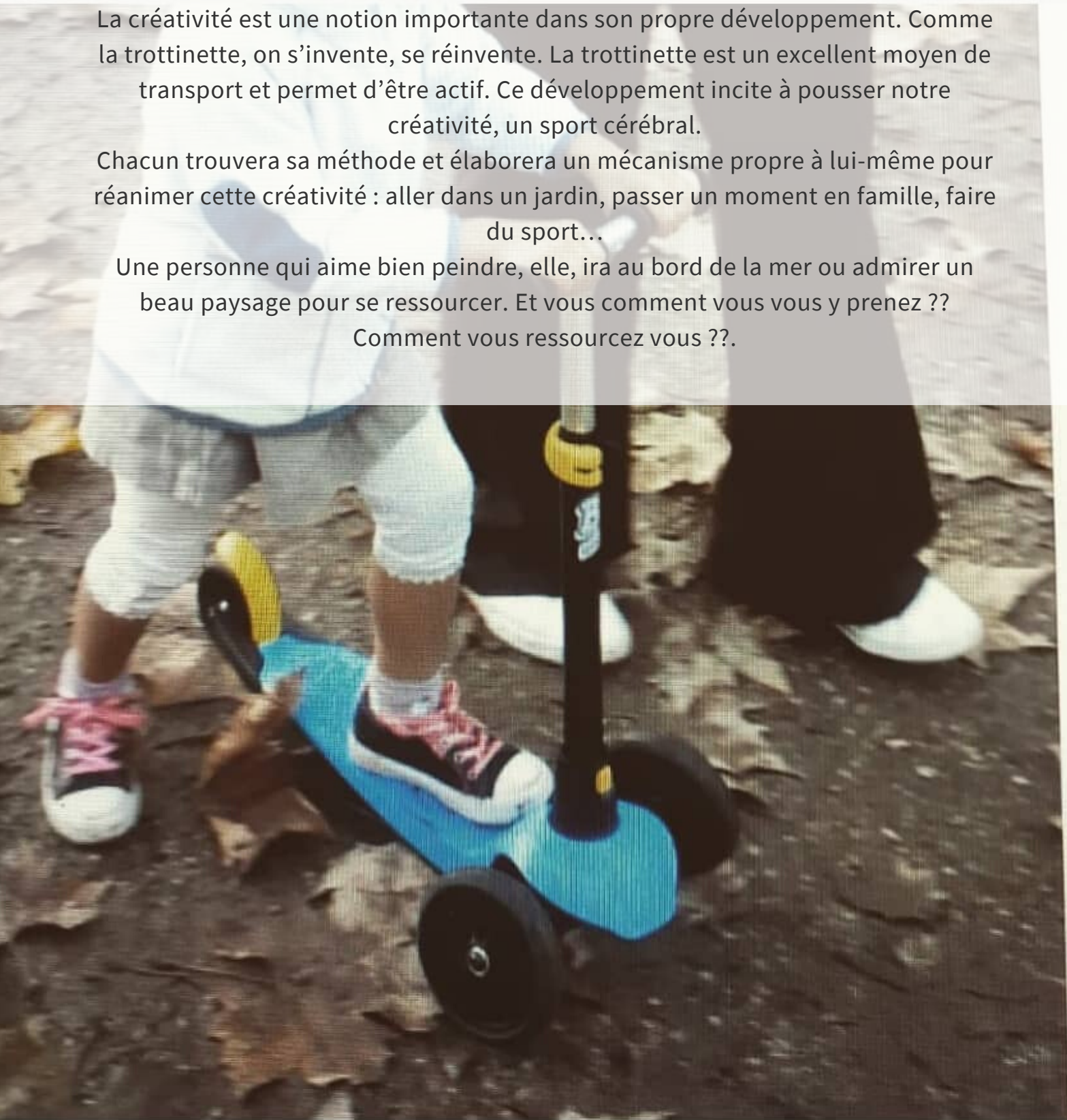
Cette trottinette nous montre encore une fois qu'il n'y a pas un seul modèle. Elle s'est adaptée au besoin de l'autre mais surtout à son unicité. Quand un enfant commence la trottinette, la peur est présente, celle de tomber. Mais pour le rassurer, l'adulte décide de l'accompagner Elle peut être à 2 roues ou à 3 roues pour plus de sécurité et d'équilibre. Ce qui montre que nous ne sommes pas obligés de surmonter certaines épreuves, seul. Le but peut être aussi de s'armer, avoir des alliés, d'avoir une ou des personnes sur qui compter pour mieux avancer. L'objectif est d'aller vers, ou dans une meilleure direction. Aujourd'hui il existe différentes sortes de trottinettes. Et toi laquelle préfères tu ? Qu'est ce qui te différencie des autres ?

Aujourd'hui, Les trottinettes sont fabriquées de plus en plus créatives. La version plus récente, forte et moderne est la trottinette acrobatique pour être utilisée sur des skates parc, pour du freestyle.

La créativité est une notion importante dans son propre développement. Comme la trottinette, on s'invente, se réinvente. La trottinette est un excellent moyen de transport et permet d'être actif. Ce développement incite à pousser notre créativité, un sport cérébral.

Chacun trouvera sa méthode et élaborera un mécanisme propre à lui-même pour réanimer cette créativité : aller dans un jardin, passer un moment en famille, faire du sport...

Une personne qui aime bien peindre, elle, ira au bord de la mer ou admirer un beau paysage pour se ressourcer. Et vous comment vous y prenez ?? Comment vous ressourcez vous ??.



@coachflab

Cette métaphore de la trottinette s'adresse à tous et reste encore très populaires auprès de tous publics au quotidien : aux adultes, aux enfants, aux entrepreneurs, ...

Chacun se retrouvera dans cette métaphore et permettra de s'interroger sur sa motivation actuelle. Croyez en vous, en votre motivation, votre équilibre et votre unicité !!

Et toi tu es encore motivé ? Dans ton boulot ? Dans tes loisirs ? la motivation qui te la donne ? As-tu un allié ? Comment tu te la procures ? ET qu'est ce qui te manque ?

Article rédigé par France-lise LABRANA, Coach en développement personnel, Maître praticienne en PNL Humaniste. Accompagnement d'enfants, adolescents et adultes, Thérapie de couple.

Site internet : www.theraneo.com/labrana-francelise

Instagram : www.instagram.com/coachflab

LinkedIn : www.linkedin.com/in/franceliselabrana

Facebook : www.facebook.com/pg/coachdvppsychosociale

Mail : labrana.fl@gmail.com

Tél : 07 69 50 78 30

Adresse : 32 rue Jean Jaures 78540 Vernouillet

*PNListe : praticienne utilisant les techniques de PNL (Programmation Neuro Linguistique).