

A wooden desk with a laptop, a wooden pen holder, a blank sheet of paper, and a pen.

EFFICACITE PROUVEE

**Comprendre le
fonctionnement de la
recherche d'idées**

Transcription

COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE LA RECHERCHE D'IDEES

Bonjour et bienvenue dans le deuxième module de cette formation. J'espère que vous avez apprécié le premier module sur la mesure et que vous avez effectué tous les exercices que je vous ai donnés, que vous avez mesuré comment vous passiez votre temps sur votre ordinateur, que vous avez réussi à bloquer les applications qui vous prenaient le plus de temps. Maintenant vous êtes parés, vous n'allez plus être distraits par des sites, vous êtes prêts à aller de l'avant et à réussir. Faites-moi confiance, faites confiance au processus de cette formation, faites bien ce que je vous dis, pas à pas, et vous allez avoir une nouvelle façon de penser, d'aborder les choses. Vos projets vont devenir des réalités et vous allez faire ce que vous voulez. Respectez le processus, faites bien tous les exercices que je vous dis, allez-y pas à pas, si ça va trop vite, faites pause sur les vidéos, et n'hésitez pas à revoir les vidéos précédentes pour bien comprendre tous les concepts.

Aujourd'hui, on est sur le module 2 consacré à la réflexion. On va voir beaucoup de choses dans cette vidéo, avec un concept central, la réflexion. La réflexion, c'est très important, si vous n'avez pas encore réellement d'idée de projet, la réflexion va vraiment vous aider à trouver ces idées et si vous avez déjà votre projet, la réflexion va vous aider à passer d'une idée abstraite à plusieurs idées concrètes. La réflexion est très très importante dans le processus de conduite de projet, d'atteinte d'objectifs, de réalisation de rêves de vie. Vous avez envie de réussir, la réflexion est primordiale si vous voulez y arriver.

La germination d'idées

Le concept central autour de la réflexion ce sont les idées. Tout part d'un ensemble d'idées. Il y a deux mots importants : la germination d'idées qui est un processus cognitif dans le cerveau qui fait que les idées germent d'elles-mêmes, elles arrivent tout le temps (vous êtes sous la douche, et hop vous avez une idée. Pendant la nuit, vous rêvez, et vous avez une idée), cela arrive à tout le monde.

On va s'occuper de cela dans la partie haute du tableau pour les concepts 2, 3 et 4. Pour la germination d'idées, ce que l'on va utiliser dans cette formation, c'est la prise de notes. Comment allez-vous faire pour prendre des notes quand vous pensez à quelque chose ? Il est très important de toujours noter ce à quoi vous pensez parce que lorsque vous cherchez des solutions, les idées arrivent quand vous ne vous y attendez pas. Parfois, vous allez vous mettre devant une feuille blanche et vous allez vous dire qu'il faut trouver une solution à tel problème, et rien ne vient. On va aussi voir les concepts 5, 6, 7 et 8 qui permettent de trouver beaucoup de choses devant une feuille blanche.

La plupart des solutions arriveront inopinément, pendant que vous dormez, mangez, lorsque vous êtes au travail, dans les transports en commun, et il faudra absolument les noter. Pour les noter, je vais vous proposer trois moyens simples et je vais vous demander de choisir celui que vous préférez.

Le premier moyen, c'est tout simplement l'éternel carnet et crayon. On n'a pas inventé mieux aujourd'hui, même avec toutes les technologies que vous avez. Le carnet et le crayon restent quelque chose qui fonctionne. A vous de voir si vous êtes prêts à avoir en permanence sur vous un carnet et un crayon. C'est pratique pour vous, vous les avez dans votre sac. Si vous vous baladez sans sacoche ou sans sac, c'est un peu plus dur.

Par contre, je vais vous demander de mettre dès aujourd'hui un carnet et un crayon sur votre table de chevet, à côté de votre couchage, comme cela, pour les idées de la nuit, vous n'aurez plus aucune excuse. Vous vous réveillez, vous pensez à quelque chose, vous êtes dans votre lit, vous êtes en train de lire et il y a une idée qui arrive, vous la notez. Il faut absolument que vous notiez ces idées.

Si le carnet et le crayon, ce n'est pas pratique pour vous au quotidien, une deuxième solution existe : c'est le smartphone ou votre téléphone. Normalement, tous les téléphones ont une petite application note. Surtout n'allez pas installer un programme de gestion de tâches, ou de notes, n'installez pas Evernote qui est un programme très complet pour les notes. Il faut rester le plus simple possible. Vous prenez l'application note de votre téléphone portable et cela fonctionne très bien.

Moi personnellement, j'utilise mon smartphone au quotidien, j'ai juste l'application note. Dès qu'une idée arrive, je la note. Et j'ai un carnet et un crayon à côté de mon lit pour noter les idées qui me viennent pendant la nuit. Ceci est très important, ne prenez pas ces conseils à la légère, ce sont vraiment ces petites choses très simples qui vont faire que vous allez progresser énormément. Quand on cherche des idées, on ne sait pas quand elles arrivent et donc il faut toujours un moyen de noter.

On verra après comment mieux les stocker, quand les regarder, les revoir. Tout ce qui concerne la recherche d'idées, la prise de notes, le stockage de notes, l'organisation des notes, on va tout voir dans le module 2. Il y a aura une formation à des logiciels sur mon ordinateur.

Troisième moyen de noter les idées : avoir un dictaphone. Moi personnellement je ne l'utilise pas, mais il y a beaucoup de personnes pour qui c'est beaucoup plus pratique d'avoir un dictaphone.

Un dictaphone a des avantages : vous allez prendre en compte le flot d'idées. Quand votre cerveau a une idée, vous avez plein d'idées qui arrivent et vous envahissent, vous vous dites « vite il faut que je note », vous courez chercher votre carnet et crayon, ou votre smartphone, et vous commencez à noter. Si vous avez un carnet et un crayon, c'est facile car on écrit vite, et encore cela ne va pas plus vite que la parole, avec le smartphone vous mettez plus de temps à noter et vous risquez d'avoir des idées qui partent, vous perdez un peu le flot d'idées. Le dictaphone permet de rapidement dire ces idées d'un coup.

Les inconvénients du dictaphone : vous ne pouvez pas l'utiliser partout, au travail ou dans une salle d'attente par exemple où le silence est requis. Après vous allez devoir retranscrire par écrit vos idées, car un fichier audio n'est pas exploitable en tant que tel. Vous aurez une activité supplémentaire chaque jour, celle de retranscrire vos idées.

Prenez le moyen que vous préférez, soit le carnet/crayon à côté du lit, dans votre sac, soit le smartphone ou encore le dictaphone. C'est à vous de choisir. Le tout est de pouvoir noter en permanence vos idées, vous n'oublierez plus rien à partir d'aujourd'hui.

La recherche d'idées

Que vous ayez déjà une idée de projet ou pas, il faut toujours chercher des idées. Rechercher des idées, c'est ce qui va vous permettre de passer d'une idée abstraite, comme construire un site Internet, gagner de l'argent, être plus heureux, plus efficace, à des idées concrètes. Ce processus passe par la recherche d'idées. Ce processus est clairement défini et vous allez pouvoir l'appliquer au quotidien.

Je vais vous présenter trois concepts principaux dans la recherche d'idées. Il y a plein de choses sur Internet sur la recherche d'idées mais focalisez-vous uniquement sur les trois concepts que j'ai choisis et qui fonctionnent vraiment.

La méthode de l'inverse

Le premier concept c'est la méthode de l'inverse ou de l'opposé. Vous vous posez une question mais vous ne trouvez pas la réponse. Il faut alors vous poser la question inverse.

Je vais prendre l'exemple d'un e-book sur la jalousie, car j'ai eu plein de lecteurs qui m'ont posé des questions sur la jalousie et qui voulaient trouver des solutions. Dans mon exemple, j'ai donc l'idée d'écrire un e-book sur la jalousie, et je dois rechercher des idées autour de la jalousie.

Première question c'est la question de son inverse. La question que me posent mes lecteurs c'est comment ne plus être jaloux ? Pour avoir des idées, on va se poser la question inverse : comment faire pour être jaloux ? Tout de suite, les réponses arrivent : je vais suivre mon conjoint tous les jours, je vais l'espionner, engager un agent secret. Deuxième type de réponse, c'est que je n'ai pas confiance en mon conjoint, et je doute sur tout, je n'ai pas confiance en moi.

Une fois que vous avez vos trois réponses inverses, vous prenez l'opposé de ces réponses et vous aurez les réponses à votre première question, comment ne pas être jaloux.

On a vu que la première question était comment ne plus être jaloux, et que l'inverse de cette question était comment être jaloux. On a vu que la réponse à cette question inverse était d'espionner son conjoint. Donc la réponse à la première question est : ne pas espionner tout le temps son conjoint. On a aussi vu que pour être jaloux, il fallait ne pas avoir confiance en soi, donc pour ne pas être jaloux, il faut avoir confiance en soi. Enfin, on a vu qu'il faut douter pour être jaloux, donc pour ne plus être jaloux, il ne faut pas douter de soi et de l'autre.

Voyez, sans réfléchir précisément sur cette question auparavant, j'ai trouvé facilement trois réponses. Maintenant, je vais vous demander de faire un exercice.

Vous prenez votre idée de projet et vous allez appliquer la méthode de l'inverse pendant dix minutes pour trouver des idées par rapport à ce projet. Si vous n'avez pas encore d'idée de projet, prenez-en une autre, ne prenez pas la jalousie parce que je vous ai déjà aidé. Vous pouvez prendre par exemple comment être plus efficace et trouver des réponses inverses pour ne pas être efficace, et ensuite prendre l'opposé de ces réponses, vous aurez trouvé de vraies réponses pour être efficace.

Cette méthode fonctionne vraiment, pour trouver des idées, être créatif, pour passer d'une idée abstraite à une idée concrète. Faites cet exercice, mettez la vidéo en pause, pour l'appliquer soit à votre idée de projet, soit une autre idée. On se retrouve tout de suite après.

Bienvenue à nouveau dans cette vidéo, j'espère que vous avez vraiment fait cet exercice et débordé d'idées. Normalement si vous avez fait l'exercice pendant dix minutes, vous avez pu voir à quel point la méthode de l'inverse était puissante. C'est une méthode de créativité, utilisée par les créatifs, par tous ceux qui font de la publicité. Je vais vous présenter d'autres méthodes. La prochaine méthode est utilisée par les journalistes.

3 Q 2C PO

Sa dénomination peut paraître un peu bizarre, mais c'est en fait un moyen de retenir les sept questions essentielles à se poser lorsque l'on cherche des idées, que l'on creuse un problème.

Voici ces sept questions :

- 3 Q : Qui, Quoi, Quand
- 2C : Comment et Combien
- PO : Pourquoi et Où

Vous allez devoir vous poser ces sept questions par rapport à un problème, à une idée, un projet. Parfois, sur ces sept questions, certaines questions n'auront pas de réponse, car les questions n'auront pas forcément lieu d'être pour un problème ou une idée. Par contre, se poser ces sept questions, c'est couvrir la totalité des questions. Couplée à la méthode de l'inverse, vous allez voir que vous allez redoubler de créativité, et trouver des idées auxquelles vous n'aviez jamais pensé avant.

Appliquons ces sept questions au concept de la jalousie, exemple que je vais prendre tout au long de cette formation.

- qui est jaloux ? la jalousie chez les hommes, chez les femmes, à l'adolescence, y-a-t'il des syndromes de la jalousie dans la jeune enfance. Peut-être qu'en mettant en parallèle avec la psychologie, avec Freud ou d'autres psychologues, on va trouver des informations sur la jalousie. Avec la question Qui, j'ai déjà mis en valeur quatre axes de recherche, en dix secondes.
- Quoi ? que faut-il faire pour ne plus être jaloux ?
- Quand ? quand est-on jaloux ? en période de doute, quand on est malheureux, quand on a des problèmes personnels, familiaux, professionnels (en quoi les problèmes professionnels ou familiaux peuvent influencer la jalousie ?).
- Pourquoi ? pourquoi est-on jaloux ? parce que l'on n'a pas confiance en soi. Cette réponse revient plusieurs fois, et généralement les réponses qui reviennent sont les meilleures idées.

Nous allons faire un deuxième petit exercice. Je vais vous demander, comme tout à l'heure, de quitter cette vidéo pendant dix minutes, ou un peu plus (si vous avez besoin d'une demi-heure ou d'une heure, c'est que votre projet est en train d'arriver, donc prenez le temps qu'il faut). Commencez à vous poser les questions Qui, Quoi, Quand, Comment, Combien,

Pourquoi et Où, par rapport à votre projet ou à une question plus générale, comme comment être plus efficace, plus productif, comment gagner de l'argent. Adaptez ces questions à votre problématique. On revient juste après.

Et nous revoilà pour la dernière partie de cette vidéo consacrée à la réflexion. Avec la méthode de l'inverse et celle des sept questions, vous avez dû trouver plein de nouvelles idées. On va voir comment faire pour passer de ces idées, dont certaines sont très concrètes, à des idées plus abstraites.

La méthode des pourquoi

Ce n'est pas le même pourquoi que dans les sept questions que nous avons vu dans l'exercice précédent. La méthode des pourquoi est une méthode que l'on dit récursive. Vous avez une idée abstraite, par exemple comment ne plus être jaloux, et vous allez vous poser des questions Pourquoi en série :

- Pourquoi ne plus être jaloux ? pour avoir plus confiance en moi
- Pourquoi avoir plus confiance en soi ? pour être plus heureux
- Pourquoi être plus heureux ? pour réussir ma vie
- Pourquoi réussir ma vie ? pour être plus libre
- Pourquoi être plus libre ? pour pouvoir penser et avancer par moi-même

Les pourquoi vont à chaque fois servir à préciser les idées abstraites. On part du « pourquoi ne plus être plus jaloux », et on arrive à « pour penser et avancer par moi-même, arrêter d'être envahi par mes pensées limitantes, mes craintes » (la crainte de perdre l'autre, que le conjoint aille voir ailleurs).

Si je suis un homme et que j'ai peur que ma conjointe aille voir ailleurs, cela atteint la virilité, c'est peut-être parce que je ne fais pas bien l'amour, que je ne lui donne pas assez de plaisir. Si je suis une femme, c'est que peut-être que je ne suis pas assez belle pour lui).

La méthode des pourquoi en chaîne nous a donné une idée plus concrète, des réponses qui ont mis en valeur des problèmes sur la jalousie. En quelques minutes, j'ai trouvé beaucoup d'idées pour écrire un livre sur la jalousie, j'ai trouvé des parties de mon livre. Plus je vais faire ce processus, plus je vais développer mon projet.

Il va falloir appliquer ces trois méthodes très simples, pour penser à tout, mener à bien votre projet, réussir à voir tous les aspects d'un problème, comme la création d'entreprise par exemple (comment faire pour faire une levée de fonds, qui aller voir pour lever des fonds, combien je vais lever, quand le faire). Cela va vous permettre de trouver des réponses concrètes à vos questions, d'échafauder un vrai plan d'actions. Ensuite on verra comment à partir de tout cela, on définit des objectifs. On passera de la prise de notes, à la recherche d'idées puis à la définition d'objectifs.

Pour l'instant, je vais vous demander de mettre en place la méthode des pourquoi en série, comme dans l'exemple sur la jalousie. Vous la coupez avec les sept questions et la méthode de l'inverse. C'est vraiment du brainstorming, vous utilisez conjointement ces trois méthodes. Prenez encore dix minutes, arrêtez la vidéo. C'est très important de faire ces exercices au moins dix minutes, mais si vous passez plus de temps, c'est tant mieux. On se retrouve juste après pour la fin de cette vidéo.

Nous revoilà pour la suite et la fin de cette vidéo. J'espère que vous avez vraiment fait pause comme à chaque fois, vous avez passé dix minutes ou plus sur les pourquoi récursifs et que vous vous êtes amusés à mélanger les trois méthodes. Vous devez maintenant avoir sur votre carnet d'exercices plein d'idées notées.

Dans la prochaine vidéo, qui est disponible dès maintenant mais c'est juste que j'ai divisé en plusieurs vidéos pour qu'elles ne soient pas trop longues, on va passer sur mon ordinateur et installer un logiciel de carte mentale, de brainstorming. La carte mentale se dit en anglais « mind map ». On va utiliser le logiciel FreeMind pour mettre en place ce processus concrètement, pour pouvoir l'appliquer. Pour l'instant, vous avez vos idées sur votre carnet, mais le carnet vous pouvez le perdre à tout moment. Il faut avoir un moyen de structurer ces idées et de les stocker. Pour les stocker, on va faire cela sur votre ordinateur et pour les structurer, on va utiliser le mind mapping ou les cartes mentales ou heuristiques.

Que vous connaissiez déjà ou pas ce logiciel, ce qui compte ce n'est pas l'outil en soi mais la méthode, le processus créatif de recherche d'idées. Nous allons appliquer ce processus et utiliser le logiciel FreeMind pour concrètement appliquer ce processus. Vous allez voir que la représentation des cartes mentales dans le logiciel FreeMind est exceptionnelle pour la recherche d'idées. C'est une présentation qui va vous permettre d'avoir une vue d'ensemble et de multiplier par dix votre créativité, vous allez être encore plus créatif.

Nous allons donc appliquer les méthodes des pourquoi récursifs, de l'inverse et des sept questions dans le logiciel FreeMind. Cette vidéo est finie, et vous allez pouvoir passer tout de suite à la prochaine vidéo. On va passer sur mon ordinateur et je vais vous former à l'application de ce processus dans FreeMind.

Faites une petite pause, continuez à chercher des idées sur papier si vous avez besoin. Ne vous arrêtez pas parce que la vidéo s'arrête et quand vous êtes prêts, passez à la vidéo suivante pour l'installation et la formation au logiciel FreeMind. A tout de suite.

