

Bienvenue à nouveau sur Enseigner La Musique ! Comme ce n'est pas la 1ère fois que vous venez ici, vous voudrez sans doute lire mon livre qui vous explique les Bases de la Musique : [Cliquez ici pour le télécharger GRATUITEMENT](#) ! 😊



APPRENDRE ET TRANSMETTRE
LA PASSION DE LA MUSIQUE

RESTER FOCUS SUR SES OBJECTIFS

Comment parvenir à un **objectif final** dont vous rêvez depuis des années, voire **depuis toujours** ? Pourquoi n'arrivez-vous pas à atteindre de gros objectifs et abandonnez-vous plusieurs semaines après vous l'être donné ? En réalité, c'est **tout à fait normal** et c'est le cas pour plus de **80% des gens** qui veulent entreprendre quelque chose aujourd'hui. 😊

Eh bien, si vous faites partie de ces 80%, cet article est **fait pour vous** ! Vous allez découvrir **8 techniques** qui permettront à coup sûr de rester focus sur votre objectif principal, à condition bien sûr de les **respecter**. 😊

Lorsque l'on est musicien, on peut avoir différentes **perspectives d'objectifs**. On peut vouloir apprendre un **nouveau morceau**, acquérir une **technique** particulière qui demande travail et discipline, arriver à **composer** un morceau. Mais on peut également vouloir se donner l'objectif de réaliser un **projet** de plus grande envergure, tels un **enregistrement audio** d'un album ou un **clip musical**. Dans tous les cas, il faut savoir travailler **rigoureusement** et suivre les **bonnes méthodes**. 😊

8 TECHNIQUES POUR RESTER FOCUS SUR SES OBJECTIFS

1. PRÉVOYEZ DES CRÉNEAUX DE TRAVAIL

Dégager 30 minutes, 1 heure, 2 heures dans une journée peut s'avérer **compliqué** en fonction de votre travail, de votre situation familiale, etc. C'est pourquoi il est important que vous établissiez à l'avance un **créneau régulier** pendant lequel vous ne serez pas dérangé, par exemple le soir entre 21h et 23h, même si c'est le seul créneau que vous puissiez avoir et que vous devez faire l'impasse sur **Joséphine Ange Gardien**. 😊 Si vous ne voulez pas faire de sacrifice sur votre soirée télé et que vous pouvez vous dégager un créneau à un autre moment de la journée, il en sera tout aussi bien ! Le tout est de le trouver **par tous les moyens**. Sans ce créneau régulier, vous n'y arriverez malheureusement pas. 😊 Mais je suis sûr que vous allez bien trouver un moment à vous consacrer dans la journée. 😊

2. CRÉER & RESPECTER UN PLANNING

Pour continuer ce que l'on vient de dire dans le point précédent, il est important de créer un **planning quotidien** et **hebdomadaire** de toutes les tâches que vous devrez accomplir pour parvenir à votre objectif final.

Mais créer ne le suffit pas. Vous allez peut-être arriver à le suivre pendant quelques **jours**, quelques **semaines**, voire quelques **mois** tout au plus. Mais si votre projet n'est pas abouti au bout de ces quelques mois, vous devrez donc arriver à vous tenir à ce planning tous les jours **sans interruption**. Et interdiction de rater une journée ! Dans un tel cas, vous vous direz que vous pouvez repousser au **lendemain**, puis au **surlendemain**, ce qui réduira en cendres toutes les chances que vous aviez mises de côté.

Vous devez donc planifier des tâches que vous êtes sûrs de pouvoir accomplir tous les jours **sans exception**. Pas la peine de vous donner **trop de travail** que vous ne pourrez réaliser que pendant 3 jours. Le tout est d'être **régulier** et l'habitude d'un travail bien fait et facile se créera **d'elle-même**. 😊

3. RÉALISER LES TÂCHES CONTRAIGNANTES LE MATIN

Si vous avez des **tâches ingrates** à faire, alors n'hésitez pas. Faites-le en **premier lieu** ! Vous en serez ensuite débarrassé et vous pourrez passer au plus intéressant. 😊 Mais ce **SERA FAIT**. En général, ces tâches sont souvent importantes : **emails** à répondre, **organisation** de la journée, prises de **rendez-vous**, etc. Et tout le monde le sait, on ne fait pas que ce qu'il nous plaît tout le temps **malheureusement**. 😊🙌 Alors faites-le le plus tôt possible pour profiter au mieux de tout ce qu'il vous reste à accomplir dans la journée autour de votre projet. 😊

4. SE COUPER DE TOUTE DISTRACTION

Pour rester focus sur un horizon, il va vous falloir être **productif** et **efficace**. Et pour cela, la chose qui est pour moi **la plus importante** est de couper toutes les sources de distraction **pendant la séance de travail** ! Si vous n'avez ni besoin d'**Internet** – *pour écrire un article comme je le fais en ce moment* 😊 – ni de contacter qui que ce soit, coupez alors votre **Wi-Fi** et mettez votre **téléphone** en mode **Avion** ! Il n'y a rien de plus déstabilisant que de voir s'afficher une **notification Facebook** sur le bord de l'écran alors que l'on est en train de réfléchir.

De plus, éteignez toutes les sources de distraction externes, telles la **radio**, la **télévision**. Cela va de soi, mais éteignez bien entendu votre **console de jeu** pour ne pas être tenté et rangez vos **livres** si vous êtes accro à la lecture et que vous avez hâte de continuer à lire le polar qui vous tient à cœur depuis plusieurs jours. 😊

Si, en revanche, vous avez besoin de **musique** pour travailler, vous pouvez lancer une petite **playlist** depuis votre ordinateur ou votre portable tant que celle-ci reste disponible **hors-ligne**. C'est en effet mon cas : je suis incapable de vivre sans ne serait-ce qu'**écouter de la musique**. Peut-être est-ce lié à mon **thème de blog** d'ailleurs, qui sait ? 😊

Un conseil néanmoins : tout le monde est différent et chacun aimera un ou des styles de musique différents. Mais j'ai remarqué que le fait d'avoir de la musique instrumentale plutôt qu'avec du chant était beaucoup **plus efficace** pour rester focus sur son travail. C'est d'ailleurs une amie étudiante à la fac qui m'a dit qu'elle procédait de la sorte et, en effet, c'est plutôt **bénéfique**. 😊

Pour ma part, j'arrive très bien à travailler lorsque j'écoute n'importe quelle musique que je connais, que ce soit du **blues**, du **classique**, du **métal**, du **reggae**, du **rock**, du rap ou de l'**électro**, en anglais comme en français. Mais si votre travail consiste à rédiger du contenu écrit et que vous êtes dans le cas où écouter n'importe quelle musique ne vous dérange pas, alors évitez de mettre des musiques **chantées en français**. Seulement si vous êtes français, bien entendu. 😊 Vous serez en effet attiré par la signification des **paroles** et les mots français viendront vous déconcentrer bien plus que si vous écoutiez une musique dans une **langue étrangère**. 😊

5. DÉFINISSEZ DES « OBJECTIFS-ÉTAPES »

Avant de **plonger dans l'inconnu** et de vous donner pour objectif de savoir jouer la *Danse Hongroise* de **Brahms** – *par exemple* – alors que vous savez à peine, en l'état présent, différencier un **dièse** d'un **bémol**, il vous faut vous donner des petits **objectifs intermédiaires** qui vous mèneront peu à peu vers votre **objectif final**. 😊

Mais ne vous inquiétez pas. Si vous prenez des cours, votre professeur sera là **pour ça** et il vous mènera à devenir meilleur **de semaines en semaines** sans même que vous ne vous en rendiez compte ! 😊

En revanche, si vous êtes **autodidacte**, vous devez faire vous-même vos **propres recherches** sur ce qu'il faut savoir maîtriser dans votre domaine et réaliser une **liste** de toutes les **étapes** qu'il vous faudra accomplir avant la suivante, de la même manière qu'un **montage de meuble IKEA**. 😊

Et puis, si vous êtes **autodidacte** et que vous êtes **abonné au blog Enseigner La Musique**, c'est que vous souhaitez que je vous propose le plus possible de **trucs** et **astuces** pour vous permettre d'être un meilleur musicien. Comme je vous comprends. 😊 Mais, plus sérieusement, vous trouverez en effet tout ce qu'il vous faut sur ce blog afin de procéder **par étapes** et arriver, au bout du compte, le **pianiste**, le **guitariste** ou l'instrumentiste de votre choix que vous avez toujours **voulu devenir**. 😊

6. GARDEZ VOTRE OBJECTIF FINAL BIEN EN VUE

Une des astuces qui fonctionne bien pour **rester focus sur un objectif** est de garder en ligne de mire le **résultat** que vous voulez **atteindre**, l'objectif final qui vous fait rêver **depuis toujours** ! Pour cela, il vous faut simplement trouver une petite astuce pour que vous ayez toujours sous les yeux une **image réelle** de ce pour quoi vous travaillez si ardemment. Si votre objectif est de savoir composer pour un orchestre et de diriger un ensemble orchestral, accrochez par exemple une **image d'un orchestre s'exécutant devant une salle remplie**. Si vous souhaitez – *en prenant un exemple totalement différent* – développer une entreprise et que vous visez la réussite à un tel point que vous souhaitez vivre sous les cocotiers, alors affichez des **images de plages hawaïennes** sous un **ciel bleu** ou sous un merveilleux **coucher de soleil** pour vous donner envie au quotidien de vous donner à **300% à votre travail**. Et croyez-moi, ça **fonctionne**. 😊

Si vous ne voulez pas voir tous les jours la même image ou avoir la même ambiance dans votre espace de travail, privilégiez **différents** fonds d'écran **évolutifs** qui changent tous les jours ou changez-les vous-même lorsque vous le souhaitez ! Attention, n'y passez **pas non plus 2h** hein... 😊 Votre travail **avant tout** quand même ! 😊

Et c'est également pour cela qu'il est important que vous travailliez dans un **environnement familier** qui vous apporte **paix**, **tranquillité**, **repos** mais également **efficacité** car **complicité** avec vous-même. Un véritable environnement **Feng-Shui**, en soi. 😊

7. PENSEZ À VOUS RÉCOMPENSER

Travailler n'est pas que la seule composante d'une **parfaite réussite** d'un projet. En effet, lorsque vous avez réussi à atteindre l'objectif que vous vous étiez donné dans la journée, ou un objectif plus important qui vous aura pris plusieurs jours, plusieurs semaines ou plusieurs mois, n'hésitez pas à vous **récompenser comme il se doit** !

Si vous avez besoin de vous **dépenser** pour évacuer du stress ou pour sortir totalement de votre travail, allez donc pratiquer votre **activité sportive préférée** ou n'importe quelle autre activité. Si vous préférez néanmoins **manger du chocolat**, vous en avez le droit si cela peut vous apporter **bonheur** et **satisfaction** – *à condition que votre médecin ne vous l'interdise pas, bien entendu* 😊 ! En tout cas, vous ne devez plus toucher du tout à quoi que ce soit se rapportant au domaine de votre projet. Coupez tout simplement le lien avec tout cela pendant **le temps d'une soirée** pour mieux reprendre le lendemain après une bonne pause **bien méritée**. 😊

8. ARRÊTEZ DE PROCRASTINER ET... AGISSEZ ! 😊

On arrive au bout de la liste. Mais cette liste ne serait rien si, après lecture, vous ne **passiez pas à l'action** !

Je comprends tout à fait que certaines tâches, lorsqu'elles sont nouvelles, fassent peur, et ce pour plein de **raisons** :

- Combien de **temps** cela va-t-il me prendre ?
- Vais-je **techniquement** y arriver ?
- En cas de problème, vais-je pouvoir réussir à les **résoudre** ?
- Ne va-t-on pas se **moquer** de moi ?
- Ma nouvelle tâche sera-t-elle assez **bien** et **réussie** par rapport à tout ce que j'ai créé jusqu'à maintenant et pour le besoin de mes prospects ou de mes clients ?

Si vous vous posez toutes ces questions, j'ai néanmoins une **bonne nouvelle** pour vous ! 😊 Vous vous reconnaissez sûrement si je vous dis que vous êtes de nature **stressés** du fait de faire du bon travail ou non, et c'est la raison principale pour laquelle vous allez en faire à coup sûr, **croyez-moi** – *du bon travail, j'entends bien* 😊 ! Vous êtes plutôt du genre à réfléchir aux **besoins** de vos prospects avant de croire que c'est **LA** bonne méthode à suivre parce que vous l'avez **lue** ou **entendue** quelque part. Vous êtes une personne assez **perfectionniste** – *peut-être un peu trop des fois* 😊 – et vous ne **VOULEZ PAS** faire du mauvais travail, **quel qu'il soit**. 😊

Et en effet, si je vous dis tout ça, et que vous vous reconnaissez dans cette description, c'est que je suis **comme vous** ! 😊

J'ai souvent eu peur de me lancer dans de nouvelles tâches que je ne connaissais pas et dont j'avais peur de ne pas être **à la hauteur** vis-à-vis de ceux qui attendaient beaucoup de moi. Et je parle bien sûr de vous, **amis lecteurs** ! 😊

Ce blog a été un véritable **tremplin** pour moi dans le sens où j'ai beaucoup appris en terme de **motivation** et de **réalisation d'objectifs**, entre autres. Si vous êtes abonnés à la **Newsletter**, vous avez sans doute pu vous rendre compte que je publiais régulièrement des **articles**, que je réalisais les **podcasts audio** de chacun de ces articles et des **vidéos** sur la chaîne **YouTube**. Malgré que tout cela représente déjà de nombreux pas à sauter, tel l'**enregistrement** de ma **voix** ou le **tournage** en conditions réelles de ma **tête** à la **caméra**, tout ceci n'est que la partie **émergée** de l'iceberg. 😊

Il y a en effet un plus grand nombre de choses à gérer en **coulisses du blog** qui demandent quelques **compétences techniques** et, pour cela, quelques recherches qui mènent parfois à plusieurs **heures** voire plusieurs **jours** de **recherche**. Or, avant, je n'aurais **Jamais** eu le courage de me lancer dans l'inconnu et de tenter de résoudre des problèmes dont je savais pertinemment que je ne pouvais pas rien faire car je croyais en être **incapable**, étant une **quiche** en **informatique**. 🙄 😊

Mais je me suis **trompé**. J'ai pris mon courage à deux mains et j'ai avancé jusqu'à tomber sur des **obstacles** que j'ai pris le temps de **surmonter** en faisant plus ou moins de recherches à chaque fois. 😊

De plus, le fait de m'être lancé dans l'inconnu des **podcasts** et des **vidéos** m'a permis de mettre en place des sessions pratiques sur les **logiciels** que j'utilise pour être de plus en plus **rapide** et **efficace** à chaque nouvelle production. Ainsi, lorsque je publie un **article**, je ne fais pas qu'écrire un article et de le partager sur le blog. Je dois en complément réaliser une **vingtaine d'autres petites tâches**, plus ou moins longues, mais toutes aussi importantes les unes que les autres, pour rester **cohérent** d'un article à l'autre et afin que l'**expérience** utilisateur que vous pouvez avoir sur le site reste **optimale**. 😊 Or, grâce à mes habitudes, je réalise aujourd'hui tout ceci sans trop me **poser des questions**, et tout ça grâce au fait que je me sois jeté à l'eau **à un moment ou à un autre**. 😊

Au final, et pour revenir à ce que l'on disait précédemment, la morale de l'histoire que j'en ressort est le fait que réfléchir à comment surmonter un obstacle est devenu aujourd'hui pour moi une **automatisation** et une **habitude** que je n'hésite pas à faire à tout moment, pour **moi** comme pour **les autres dans le besoin**. 😊

Voilà, je pense avoir fait le tour des principaux points que je mettrais personnellement en avant afin de devenir quelqu'un de **meilleur**, de plus **focus** sur ses objectifs et ainsi plus **efficace** dans son **travail** et ses **projets**. 😊

N'hésitez pas à me dire en **commentaire** si vous partagez quelques mêmes idées parmi celles-ci et, sinon, **quelles méthodes** vous utilisez pour mieux vous concentrer sur vos objectifs !

Sur ce, je vous dis à bientôt pour un nouvel article. Ciao les **zikos** ! 😊