

# PROCRASTINER EN RECHERCHE D'EMPLOI

## Quand la recherche d'emploi devient une corvée !

La tendance à remettre au lendemain est souvent reliée à une action à entreprendre que l'on considère comme une corvée. Malheureusement, pour bien des gens, la recherche d'emploi est une tâche pénible qu'ils préfèrent reporter à plus tard, ce qui équivaut littéralement à remettre à plus tard son embauche.

Comment une chose aussi importante que d'avoir un travail rémunéré qui vous plaît, peut-il être associé à la démotivation? La peur de l'inconnu, l'insécurité qui vous gruge le moral, le découragement de devoir recommencer encore à chercher ou tout simplement le manque d'organisation. Toutes ces réponses peuvent être bonnes et devenir des obstacles à la recherche d'emploi. Alors, comment transformer une corvée en défi à relever, en opportunité, en aventure qui peut nous faire découvrir un nouveau monde encore insoupçonné ?

L'exigence des efforts à fournir est proportionnelle à la motivation qui vous fait avancer malgré la peur, c'est ce qu'on appelle le courage. Plus vous êtes motivé et

stimulé par le but de votre recherche, plus les obstacles et les efforts vous paraîtront faciles. Donc, au lieu de mettre l'accent sur les efforts, vous devez vous concentrer sur les résultats, la récompense découlant de vos actions. Vous devez aussi réaliser que la recherche d'emploi c'est de la prospection, on ne trouve pas toujours «LA PÉPITE d'OR» à la première tentative.

Pour vous sentir motivé au maximum, vous devez aimer l'objectif que vous allez atteindre, être attiré par lui et apprécier tous les bénéfices que vous allez en retirer. Autrement dit, cela ne sera plus une corvée pour vous, mais une envie irrésistible ! Vous n'aurez plus le goût de remettre à demain.

Visualisez souvent votre but, à tous les jours, comme si vous l'aviez réalisé. Plus vous allez le créer dans votre esprit, plus il va se concrétiser rapidement. En visualisant de façon assidue, vous allez créer en vous le sentiment d'avoir atteint votre objectif, ce qui vous mettra dans un état dynamique et positif orienté vers la réussite. ←



Pour plus d'informations, contactez :

Richard Plouffe  
Conseiller en employabilité  
Action Emploi Saint-Hyacinthe  
430, av. Saint-Joseph  
Saint-Hyacinthe Qc J2S 8K5  
Tél. : 450 773-8888  
Fax : 450 773-7985  
rplouffe@action-emploi.ca

  
**Action Emploi**  
*Mon partenaire vers l'emploi*

Mélanie Létourneau  
Conseillère en employabilité  
Action Emploi Acton Vale  
1060, rue Saint-André  
Acton Vale QC J0H 1A0  
Tél. : 450 546-8787  
Télé. : 450 546-9090  
mletourneau@action-emploi.ca