

Définir la destination

Ton pourquoi: _____

Quelle est ta vision à long-terme: _____

Quelle est ta mission de vie: _____

Ton but ultime: _____

Les délais: _____

Les directions possibles (petits objectifs, petites actions)



Le pire qui peut arriver: _____

Tes craintes actuelles, ce qui te freine:

Écris-toi un texte d'encouragement à lire quand tu trouves ça dur de continuer

Qu'es ce que tu peux faire pour te re-motiver quand c'est difficile d'atteindre tes objectifs?



Objectifs 3 mois

Situation actuelle

Situation désirée



Objectifs/Actions

❖ Objectifs 1:

Actions:

❖ Objectifs 2:

Actions:

❖ Objectifs 3:

Actions:



