



powered by

navigate^o

Activité

Trouvez votre but dans la vie

Première étape : tenez compte de vos compétences et de vos centres d'intérêt

Si vous avez déjà eu un travail qui ne correspondait pas à vos valeurs ou à vos compétences, vous savez à quel point cela peut être stressant au quotidien. C'est pour cette raison qu'il est aussi important de comprendre votre but ou la façon dont vous pouvez utiliser vos talents et votre passion pour changer les choses à la maison, au travail ou au sein d'une association caritative. Pour commencer, réfléchissez aux questions ci-dessous.

1. Que faites-vous lorsque vous avez du temps libre? Quelles sont les activités qui vous attirent et pourquoi?

2. Quelles activités vous stimulent ou vous font perdre le fil du temps?

3. Quelles aptitudes vous viennent facilement? Quelles activités vous semblent naturelles et confortables?

4. Qu'en pensent votre famille et vos amis? Vous a-t-on déjà dit que vous étiez fait(e) pour un métier ou une carrière? Les gens proches de vous recherchent-ils vos conseils sur certains sujets?

5. Quels principes ou valeurs morales vous guident dans votre vie? Qu'est-ce qui vous fait ressentir fortement les choses? Sur quels sujets n'êtes-vous pas prêt(e) à céder?



powered by

navigate^o

Étape 2 : faites une déclaration d'intention

Après avoir répondu aux questions ci-dessus, réfléchissez à ce qui doit changer pour que vous puissiez atteindre votre but, ainsi qu'aux méthodes que vous pouvez mettre en œuvre pour des progrès durables (et pas superficiels). Dressez ensuite une liste de vos objectifs ci-dessous.

Cette semaine, je vais me rapprocher de mon but en :

Le mois prochain, je vais me rapprocher de mon but en :

À cette même date l'an prochain, j'espère atteindre cet objectif :
