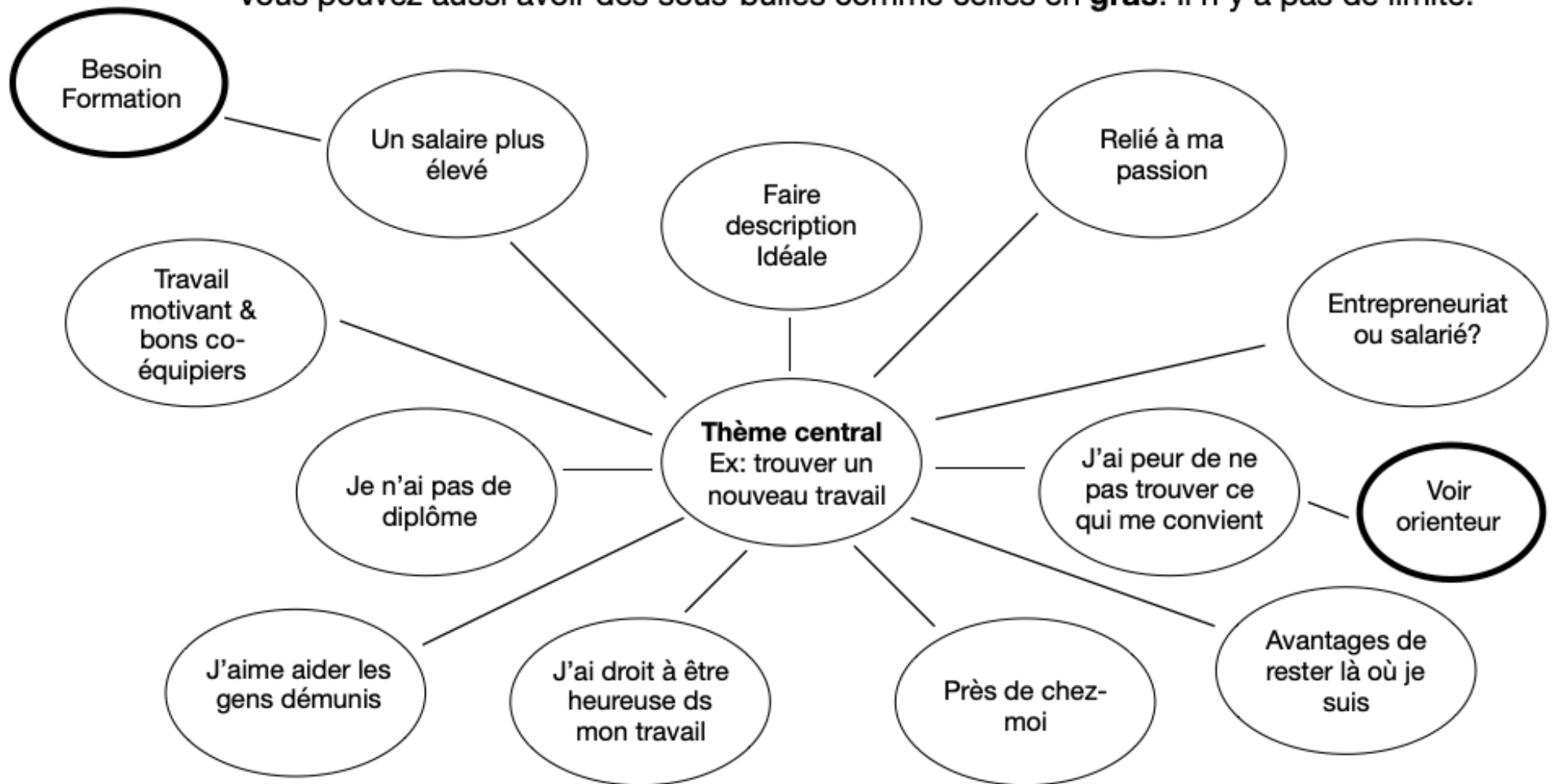


Exercice de regroupement d'idées pour une action ciblée

Première étape

Choisir un thème. Créer une bulle pour chaque aspect en relation au thème central tout en les reliant à celui-ci avec un trait. Une courte description suffit.

Vous pouvez aussi avoir des sous-bulles comme celles en **gras**. Il n'y a pas de limite.

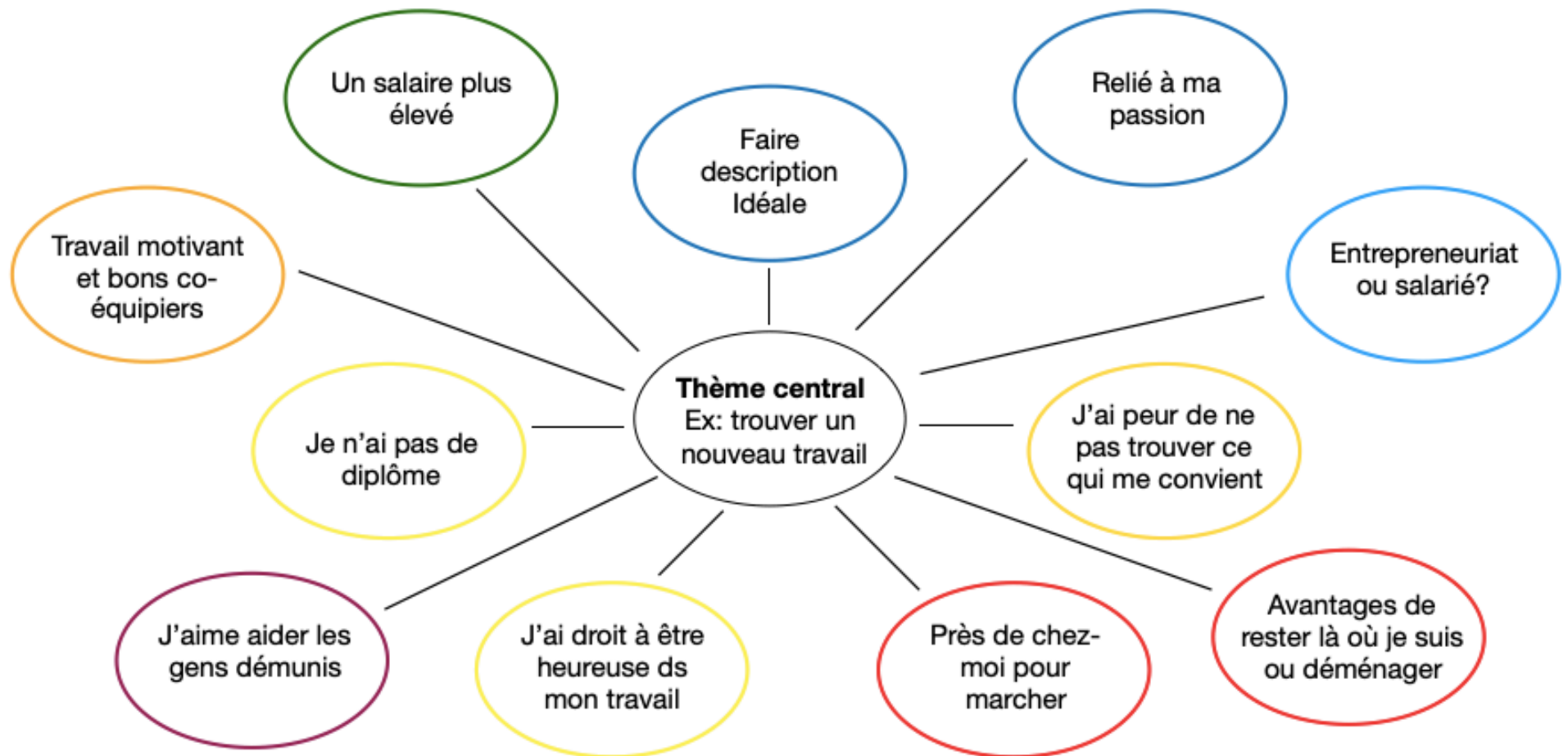


Exercice de regroupement d'idées pour une action ciblée

Deuxième étape

Encercler les bulles de la couleur correspondante aux différentes catégories

● Physique ● Relation ● Émotionnel ● Valeur Coeur ● Expression ● Vision ● Spirituel |










Exercice de regroupement d'idées pour une action ciblée

Troisième & quatrième étapes

Placer les différents aspects sous les catégories appropriées.
Ensuite, déterminer les actions à prendre pour marcher avec confiance dans la direction désirée.

Thème central

Ex: trouver un nouveau travail

 Physique	 Relations	 Émotionnel	 Valeur Coeur	 Expression	 Vision	 Spirituel
A- Près de chez-moi pour marcher	Travail motivant et bons coéquipiers	A- Je n'ai pas de diplôme	Un salaire plus élevé	Entrepreneuriat ou salarié?	A- Faire description Idéale	J'aime aider les gens démunis
B- Avantages de rester là où je suis ou déménager		B- J'ai peur de ne pas trouver ce qui me convient			B- Relié à ma passion	
		C- J'ai droit à être heureuse dans mon travail				

Plan d'action

1. Caractéristiques d'un travail idéal me permettant d'être heureuse. Voir Bleu indigo A & B.
2. Trouver une méthode pour éliminer et surpasser mes croyances limitantes qui m'empêchent d'avancer et renforcer mes convictions: voir groupe jaune A, B, C - Émotionnel.
3. Déterminer la valeur de mes talents et les besoins financiers pour conserver mon train de vie, incluant ce que je suis prêt à accepter et laisser aller: voir groupes vert et et bleu - Valeurs & Expression. Tout en considérant les points du groupe rouge.
4. Quelles sont les qualités que je veux rencontrer chez les gens avec lesquels je veux travailler, ainsi que les caractéristiques qui me permettraient de me réaliser dans mon travail. Voir groupe orange - Relations.
5. Comment puis-je aider les gens, tout en continuant mon développement personnel? Réaliser un autre exercice de regroupement sous le thème "Aider les gens vs développement personnel".