

Deviens l'Auteur de ta Réalité

Un cours proposé par Olivier Masselot

SUPPORT DE COURS

Prendre Conscience du Quotidien, de la Routine et des Pièges (les niveaux logiques)

COPYRIGHT

Ce document vous a été fourni dans le but de vous de prendre des notes lorsque vous suivez le module de formation correspondant.

Ce support est une œuvre soumise à la réglementation sur les droits d'auteur et le copyright

Cela signifie que vous n'êtes autorisé à le modifier ni à le transmettre à qui que ce soit, et ce, tant dans le cadre privé que commercial.

Toute utilisation autre que celle décrite ci-dessus devra avoir fait l'objet d'un accord avec son auteur



MES NOTES

DÉFINIR B

Quelle est ma mission, la trace que j'ai envie de laisser ? Qu'est-ce que j'aurai envie que l'on dise de moi après ma mort ? Qui est-ce que je veux « être » ?

MON ENVIRONNEMENT

Qu'est-ce qui, dans mon environnement, pourrait être un frein vers mon but ?

Qu'est-ce qui, dans mon environnement, constitue une ressource vers mon but ?

MES COMPORTEMENTS

Qu'est-ce qui, dans mes comportements, pourrait être inadapté à mon but ?

Qu'est-ce qui, dans mes comportements, me pousse vers le but ?

Quels sont les comportements que je pourrais adopter pour aller vers mon but ?

MES COMPÉTENCES

Quelles sont les compétences qui me manquent pour le but ?

Quelles sont mes compétences qui sont utiles pour le but ?

Quelles sont les compétences que je pourrais aller chercher ?

Bien s'entourer est une compétence de base – Comment pourriez-vous bien vous entourer ?

MES VALEURS

Je souligne mes valeurs, ce qui est important pour moi

POUVOIR :

Pouvoir social, Autorité, Richesse, Préservation d'une image publique, Reconnaissance sociale

ACCOMPLISSEMENT :

Réussite, Ambition, Capacité, Influence

HÉDONISME :

Plaisir, Appréciation de la vie, Vie confortable, Bonheur

STIMULATION :

Volonté, Bravoure, Vie faite de moments variés, Vie excitante

MAITRISE DE SA DESTINÉE :

Créativité, Liberté, Indépendance, Curiosité, Choix de ses propres buts, Respect de soi

UNIVERSALISME :

Ouverture d'esprit, Sagesse, Justice sociale, Égalité, Paix dans le monde, Monde de beauté, Unité avec la nature, Protection de l'environnement

BIENVEILLANCE :

Altruisme, Honnêteté, Loyauté, Responsabilité, Véritable amitié, Amour mature

TRADITION :

Humilité, Dévotion, Respect de la tradition, Modération, Acceptation de notre vie telle qu'elle est

CONFORMITÉ :

Politesse, Obéissance, Discipline personnelle, Honneur des parents et des personnes âgées

SÉCURITÉ :

Sécurité familiale, Sécurité nationale, Ordre social, Propreté, Réciprocité de faveurs, Santé, Sentiment d'appartenance

[illegible]

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal grey lines across its entire width, providing a template for handwriting practice or general note-taking. The margins are consistent on all sides.

LES CROYANCES LIMITANTES

MES NOTES

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

RECADRER UNE CROYANCE - MES NOTES

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

MON IDENTITÉ

Quelles sont les différentes facettes de mon identité ? Familiale, professionnelle, amicale, autre... commencez les phrases par 'je suis'.

[illegible]

QUI SUIS-JE ?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

MA MISSION

Quelle est ma mission, la trace que j'ai envie de laisser ? Qu'est-ce que j'aurai envie que l'on dise de moi après ma mort ? (cf. page 2)

ÊTRE ALIGNÉ ET CENTRÉ- MES NOTES

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

MERCI DE TA CONFIANCE !