

Mois 1 – Une vision et des objectifs

Toute grande réalisation commence par une vision. Le meilleur moyen de concrétiser cette vision consiste à tracer votre chemin via des objectifs. C'est ce que vous allez faire lors de ce premier mois. C'est parti!

SEMAINE 1:

Rédigez une version détaillée de votre vie idéale, au-delà même de vos rêves les plus fous.

Pour vous aider, pensez à ces questions: que feriez-vous si vous aviez autant d'argent, de temps et d'énergie que vous le souhaitez? Qui êtes-vous? Que voulez-vous? Selon vous, qu'est-ce qui mériterait tous vos efforts et tout votre engagement? Quand vous vous imaginez au sommet de la réussite, que voyez-vous autour de vous? Décrivez votre famille, vos amis, votre environnement, votre situation professionnelle, votre maison, votre voiture, etc... Exprimez vos rêves les plus improbables, ne vous posez pas de limite: c'est votre vie et vous n'en avez qu'une!

Votre vie idéale

SEMAINE 2:

La semaine dernière nous avons exploré votre vision d'une vie idéale à la hauteur de vos rêves. Maintenant nous allons définir des objectifs pour vous aider à jalonner la route vers la réalisation de votre rêve.

Pensez à votre vie idéale comme décrit précédemment. Choisissez trois à cinq objectifs que vous souhaitez vraiment atteindre car ils sont les plus importants pour vous. Ce peut être des objectifs professionnels, personnels, sportifs, relationnels... peu importe. L'important c'est que vous voulez tout faire dans l'année qui vient pour les atteindre.

Objectif numéro 1:

Objectif numéro 2:

Objectif numéro 3:

Objectif numéro 4:

Objectif numéro 5:

C'est sur ces objectifs que vous allez maintenant travailler avec la plus grande énergie

SEMAINE 3:

Il est temps de prendre vos objectifs en main et de définir les actions nécessaires à leur réalisation. Des objectifs sans passage à l'action sont aussi vains que des paroles en l'air. Ne tombez pas dans ce piège. La première étape est souvent la plus difficile alors il faut la gérer avec attention.

Pour chacun des objectifs que vous avez définis, établissez un plan d'action. Découpez chaque objectif en étapes et sous-étapes à atteindre successivement, petit à petit.

Premier objectif :

Sous-étapes

-

-

-

-

Deuxième objectif :

Sous-étapes :

-

-

-

Troisième objectif:

Sous-étapes :

-

Quatrième objectif :

Sous-étapes :

-

-

-

Cinquième objectif :

Sous-étapes :

-

-

SEMAINE 4:

Cette semaine nous continuons d'embellir votre vision et vos objectifs pour créer un vrai plan de réussite. Prenez votre liste d'objectifs, d'étapes et de sous-étapes et ajoutez des dates limites de réalisation. Ces dates n'ont pas à être gravées dans la pierre et pourront être modifiées au cours du temps. Mais il est important de se fixer des limites réalistes pour avancer concrètement et évaluer vos progrès. Cela permet aussi de s'adapter en cas d'imprévu.

Je vous suggère de créer un fichier Word sur votre ordinateur et d'y reporter tout cela. Vous pourrez y consigner des notes et le modifier au cours du temps. Pour vous aider, j'ai inclus un modèle qui pourra vous inspirer.