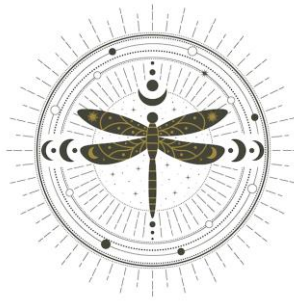


FICHE D'AUTO-COACHING



MA CONTRIBUTION PERSONNELLE

Notre contribution commune : faire évoluer les consciences et transformer les relations entre les humains et les animaux.

Mais chacune de nous a son propre rayon d'action, sa propre façon de le faire et d'impacter le monde de demain. Chacune a sa propre contribution spécifique et unique à cet impact commun. S'interroger régulièrement sur ce que chacune peut faire à titre individuel pour contribuer à cela est essentiel. Connaître son rayon d'action et sa façon d'impacter pour mieux garder le cap et évoluer sans cesse dans cette direction est essentielle.

Voici donc une fiche de réflexion personnelle pour t'y aider.

N'oublie pas que ta façon de contribuer et ta contribution en elle-même évoluent, s'étoffent et se transforment au fur et à mesure de tes expériences personnelles et professionnelles et surtout au fur et à mesure de ta propre transformation. Alors il est intéressant de reprendre cette fiche régulièrement. Par exemple, une fois par trimestre, semestre ou année selon tes préférences pour voir ce qui a bougé et ce qu'il y aurait à réajuster.

- ***Pourquoi est-ce important pour toi d'impacter le monde humain-animal de demain ?***

- *Quel(s) impact(s) et changement(s) CONCRET(S) veux-tu apporter à tes clients et au monde humain-animal de demain ?*

- *Formule en une ou 2 phrases ton message personnel que tu veux incarner et diffuser auprès des humains et animaux que tu accompagnes. Prends le temps pour bien le construire. Et n'hésite pas à venir le partager sur le groupe dans l'espace dédié pour le poser avec clarté et détermination dans la matière... Le partager c'est un peu le rendre plus concret.*

- *Quels sont tes « outils » personnels aujourd'hui pour diffuser ce message et rendre la transformation réelle ? (techniques mais aussi tes qualités, ta posture, tes valeurs, tes vibrations... tout ce qui agit sur tes clients consciemment et inconsciemment)*

- *Liste 5 croyances ou pensées régulières qui viennent limiter tes actions et les possibilités d'impacter et créer le changement que tu souhaites créer dans le monde humain-animal ? (ex : c'est trop dur... ça va être long... je ne suis pas à la hauteur... les gens ne comprennent rien... ça va intéresser personne... il y en d'autres qui le feront mieux que moi... etc...)*

- *Liste les 5 émotions dont tu aurais besoin pour maintenir ta motivation, ta foi et ton énergie dans ta contribution quotidienne ?*

- *Comment pourrais-tu connecter ces 5 émotions chaque jour et les nourrir chaque jour ?*

- *Qu'est-ce que tu as besoin de transformer en toi aujourd'hui pour augmenter ton impact, qu'est-ce qui te bloque encore et t'empêche de croire en ton impact et la réalisation de ton objectif ?*

- *Quelles actions concrètes peux-tu mettre en place dès aujourd'hui pour ta transformation, pour libérer ces blocages et apporter plus d'impact à tes clients et à ton message ?*

- *Quel engagement es-tu prête à prendre dès aujourd'hui envers toi-même pour faire évoluer tes clients et le monde humain-animal de demain ?*

Je m'engage à.....

Notre niveau d'impact sur nos clients et sur le monde dépend de notre propre niveau de transformation, notre propre engagement envers nous-mêmes et la cause qui nous anime. Evoluer soi pour faire évoluer le monde ;-)

Pas d'évolution sans prise de conscience, sans engagement et sans actions découlant de ces prises de conscience...

Prendre soin de soi pour prendre soin des autres..