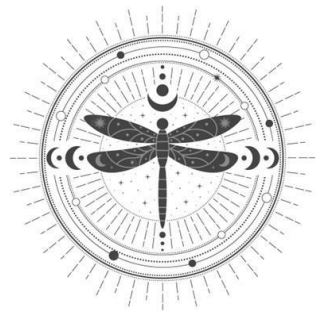




AUTO-COACHING BILAN



Les transmutatrices, c'est fini !

12 mois d'apprentissage, de reconnexion à toi-même et de transformation pour te sentir mieux dans le rôle d'accompagnante de la relation humain-animal que tu t'es choisi.

12 mois qui sont passé vite et qui sans que tu t'en rendes réellement compte font que tu n'es plus aujourd'hui la personne et la professionnelle que tu étais en Septembre.

Alors, voici un moment d'introspection nécessaire que je te propose pour mettre en lumière cette évolution personnelle et professionnelle.

Installe-toi, prépare ton espace à ta guise, prends quelques instants pour respirer et te recentrer, puis... GO 😊

Avant de commencer ...

Comment tu te sens aujourd'hui à l'idée de cette fin de programme ? Note tes émotions, toutes tes sensations physiques et toutes les pensées qui te traversent sans te juger.

Tout au long de ces 12 mois :

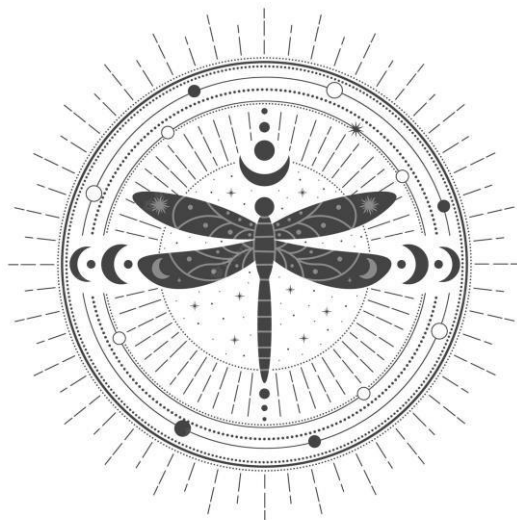
*Quelles ont été tes plus **grandes prises de conscience** sur toi-même, sur ton métier et sur le lien entre les 2 ?*

*Où en es-tu par rapport à **tes valeurs** depuis le début ? Sont-elles les mêmes ? Est-ce que certaines ont changé ? Prends-tu davantage le temps de t'y réaligner, d'y réaligner ton entreprise et d'y aligner toutes tes sphères de vie ? Si non, comment pourrais-tu le faire davantage ?*

*Où en es-tu de **ton grand pourquoi** ? L'as-tu trouvé ? Si tu l'avais déjà a-t'il évolué ou totalement changé depuis le début du programme ? Réécris-le maintenant noir sur blanc tel qu'il résonne en toi aujourd'hui. Tu peux reprendre le 1^{er} PDF d'auto-coaching du mois de septembre si tu l'avais rempli.*

*Comment te sens-tu aujourd'hui dans **ton rôle** d'accompagnante du lien humain-animal, de cheffe d'entreprise, en tant que femme ?*

*As-tu pris le temps de **célébrer ta transformation** sur ces 12 mois ? Si non, c'est le moment ! comment peux-tu te féliciter et te célébrer ? Un petit cadeau à t'offrir par exemple, un rituel de toi à toi , autre chose ?... Trouve et fais-le ! C'est très important de s'honorer dans nos processus d'évolution, de reconnaître le chemin parcouru et se donner de l'amour par rapport à cela !*



Et après :

*Comment vois-tu l'évolution de ton rôle et de ta contribution **dans les 5 ans** qui viennent ? Celle de ton entreprise ? Celle de tes clients ?*

*Quelles **actions** peux-tu mettre en place pour conserver les bienfaits de ces 12 mois et continuer sur ta lancée vers tes intentions long terme ?*

*Qu'est-ce que tu as encore à transmuter pour **passer au prochain niveau** d'évolution personnelle et professionnelle?*

Dans ce que tu as à transmuter, liste dans le tableau ci-dessous ce que tu peux faire seule, comment et quand tu vas le faire . Et aussi ce pour quoi tu vas avoir besoin d'être accompagnée comment et quand (les personnes ressources, quel type de soutien, quelle fréquence...)

A faire seule

A faire accompagnée

Si tu devais choisir **3 mots-clefs** pour maintenir ta posture et te motiver dans les mois et années à venir, ce seraient lesquels ?