

Formule intégrale

I. Introduction

Vous reconnaissez-vous parmi ces items ?

Vous aidez à prendre conscience de la vie professionnelle et personnelle que vous suivez et, déterminer avec vous, si vous souhaitez rester sur cette même trajectoire ?

II. Quizz justifiant s'il peut être intéressant de travailler avec nous

Consignes : pour les propositions suivantes, cochez si vous êtes d'accord.

- Ma vie défile à 1000 à l'heure
- J'examine souvent avec soin l'ensemble de ma vie
- J'examine souvent avec soin mes actions passées
- J'examine souvent avec soin mes actions présentes
- J'examine souvent avec soin mes actions passées
- J'examine souvent avec soin mes actions présentes
- On dit souvent de moi que j'ai la poisse, j'ai tendance à être malchanceuse
- J'ai le sentiment de toujours aider les autres, il est temps que je m'occupe de moi.
- Je ne peux pas toujours prendre l'entière responsabilité des choses.
- Ça ne peut pas toujours être de ma faute.
- Toutes mes pensées et mes actions sont forcément de ma responsabilité.
- C'est difficile pour moi quand les autres ne réagissent pas comme j'aurai aimé.
- J'ai tendance à bouder quand le résultat est différent de ce que j'espérais.
- J'aime la vérité.
- Je pense que l'homme peut être plus fort que la nature.
- Si je gagne à « euromillions », je change de vie !
- J'ai assez donné dans la vie, j'aimerais bien ne plus à devoir faire des efforts et que la chance tourne.
- Je suis fumeur
 - Réseaux sociaux
J'ai : Facebook ; Instagram ; TikTok ; Snapchat ; Autres
 - En général : je regarde ; et je publie (rarement , parfois , souvent)
 - Films et Séries

J'ai : Netflix ; Amazon Prime ; Canal+ ; Disney ; Autres

Films ou séries, j'en regarde : jamais , rarement , parfois , souvent

III. Phase xXx

A. Exercice personnel : écrire un (premier) manifeste

Exercice à effectuer avant le premier entretien.

Consignes : sur un document Word ou PDF, ou sur directement sur le site ricochet-groupe.com,

1. Ma vision du monde « idéal » : ...
2. La personne que j'aimerais incarner : ...
3. La personne que j'aimerais devenir : ...
4. Quelle contribution vous aimeriez apporter à ce monde : ...
5. Quel serait la liste de vos rêves (même les plus fous) : ...
6. Listez au moins 6 activités que vous aimez et avez toujours adoré faire : ...

B. Exercice : expérience de pensée

Installez-vous confortablement et imaginez à quoi ressemblera votre vie dans cinq, vingt, cinquante ans, si vous restez sur cette même trajectoire.

C. Evaluation personnelle de votre hygiène mentale, physique et spirituelle

Date :											
Echelle...	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hygiène Mentale											
Hygiène Physique											
Hygiène Spirituelle											

D. Analyse de vos valeurs

IV. Phase xXx

A. Entretien #1

1. Exercice des perspectives enthousiasmantes

B. Exercice personnel : écrire un (deuxième) manifeste

Exercice à effectuer avant le dernier entretien.

C. Dernier entretien

Table des matières

I.	A.....	4
V.	A	
	A	