Cette année, embrassons la puissante résolution de planifier nos journées avec une intention particulière : découvrir nos priorités, se connaître davantage et choisir des tâches qui éveillent notre bonheur intérieur !

Les Étapes Clés de cette Résolution :

1.Identifier vos Priorités :Avant de planifier, prenez le temps de réfléchir sur vos véritables priorités. Que ce soit dans votre vie professionnelle ou personnelle, définissez ce qui compte vraiment pour vous.

2.Exploration Personnelle :Plongez dans la découverte de vous-même. Quelles sont vos passions, vos talents, vos aspirations profondes ? Cette exploration vous guidera vers des tâches qui résonnent avec votre essence.

3.Aligner avec vos Valeurs :Identifiez vos valeurs fondamentales. Planifiez des activités qui sont en accord avec ce qui est vraiment important pour vous. C'est la clé d'une satisfaction durable.

4.Prioriser le Bonheur :Choisissez des tâches qui vous rendent authentiquement heureux. Que ce soit professionnellement ou personnellement, faites de la place pour des activités qui nourrissent votre bien-être émotionnel.

5.Planification Intelligente :Intégrez ces découvertes dans votre planification quotidienne. Chaque jour, allouez du temps aux tâches prioritaires qui vous rapprochent de vos objectifs et éveillent la joie.

Bonus : Découvrez vos Valeurs avec le Test des Valeurs SENS® !

Pour une exploration approfondie, plongez dans le Test des Valeurs SENS®. Ce test offre un regard unique sur vos valeurs fondamentales, vous aidant à aligner vos actions avec ce qui compte vraiment.

Sens, le test des valeurs

#BonneResolution #PlanificationSagesse #DecouverteDeSoi #PrioritesDuBonheur #TestDesValeursSENS

RÉSOLUTION N°3

AUJOURD'HUI, JE COMMENCE MA JOURNÉE AVEC UNE LISTE DE TÂCHES PRIORITAIRES.



04