

Time Hacking

Module 1 : Construire sa trajectoire pour cadrer vos priorités

Chapitre 1 : Bienvenue dans ce programme

- **Quelques questions pour t'aider :**

Je t'invite à prendre un temps et d'écrire les réponses pour toi

- o Avec quelle(s) intention(s) suis tu cette formation ?
- o Qu'espères-tu obtenir à la fin de cette formation ?
- o Quels engagements vis-à-vis de toi-même, peux-tu faire ?

Chapitre 2 : Déterminer sa destination

- **Quelques questions pour t'aider :**

Je t'invite à prendre un temps et d'écrire les réponses pour toi

- o Dans un monde idéal, comment se déroulerait ton quotidien dans le domaine professionnel ?
- o Quels sont les écarts par rapport à ce que tu vis aujourd'hui ?
- o En quoi la destination que tu fixes vient-elle combler des écarts ?

Chapitre 3 : De la théorie à la pratique

- **Quelques questions pour t'aider :**

Je t'invite à prendre un temps et d'écrire les réponses pour toi

- o Quels sont les moyens / situations qui te permettent de nourrir tes valeurs ?
- o Entre valeurs et morale, il peut y avoir un écart dans la façon de les assouvir, c'est comment pour toi ?
- o S'il y a des valeurs mise en avant dans ton entreprise, à quel point sont-elles incarnées ?