

Le but de cet exercice est de clarifier ses objectifs et, grâce à cela, de retrouver la motivation. Dans le quotidien, sous l'effet de la routine, de la charge de travail, des factures à payer nous oublions ce qu'était notre vrai objectif. C'est-à-dire comment notre vie doit être pour que nous éprouvions un sentiment de réussite, de sérénité, de bonheur, de sécurité etc.

Nous proposons donc un exercice de collage pour rappeler et/ou redéfinir ces objectifs. Cela va vous permettre d'avoir de la clarté dans vos pensées et, grâce à cette clarté, vous allez pouvoir ressentir de la motivation. Cet atelier est également adapté aux entreprises. Dans ce cadre précis, nous nous concentrons sur les objectifs au travail. C'est-à-dire que nous posons aux participants la question de savoir comment ils définiraient une vie de travail réussie et heureuse. Qu'est-ce qu'il faut pour qu'ils considèrent le projet sur lequel ils travaillent comme réussi ? Une fois ces éléments définis, tout le monde peut travailler vers ses objectifs en étant convaincu, déterminé et donc motivé.

Durée : 3H30, Atelier de groupe, Nombre de personne maximum : 7, Tarif : 57 euros/personne