

Avant de démarrer la nouvelle année, prenez du temps pour réfléchir à ce qui a composé votre année tant au niveau personnel que dans votre environnement (famille, entreprise)



## Votre bilan personnel de l'année

### Ce que j'ai appris

*Quelles leçons avez apprises? (Que ce soit par le biais d'une formation encadrée ou par vos expériences personnelles.)*

### Ce que j'ai acquis

*Qu'avez-vous de plus aujourd'hui que vous n'aviez pas il y a un an. (Ça peut être financier, matériel, humain, des routines, des capacités etc.).*



### Ce qui m'aide

*Quelles sont les éléments qui vous ont aidé à avancer ou maintenir vos acquis?*

### Ce qui me ralentit

*Quelles sont les éléments qui vous ont ralenti ou fait reculer?*



En relisant ces éléments que retenez-vous de ce qui est **fondamental** pour vous :

---

---

---



# Le bilan des sphères de vie

De quelle partie de sphère de votre vie s'agit-il? \_\_\_\_\_

Vous pouvez remplir ce questionnaire pour chacun des aspect de votre vie que vous voulez observer (entreprise, famille, couple etc.)

## Ce qui a été accompli

*Quels sont vos grands accomplissements? Quels défis avez-vous relevés? de quoi êtes-vous fiers?*

## Ce qui s'est amélioré

*Qu'avez-vous amélioré dans cette sphère de votre vie?*

## Ce qui nous a fait évoluer

*Quelles sont les éléments qui vous ont aidé à avancer et accomplir vos objectifs durant l'année?*

## Ce qui nous a bloqué

*Quelles sont les choses qui vous ont empêché d'accomplir ce que vous vouliez accomplir?*

En relisant vos réponses, qu'est qui ressort comme **moteur** qui vous a fait avancer? (Au nom de quoi, avez-vous accompli ce que vous avez accompli?)

---

---

---

