

## Auto-management

Reconnaître et réaliser les nouvelles chances

### Mes 3 dernières réussites

J'en suis fier

Je leur en suis reconnaissant



1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

Et pourquoi ?

8. ....

9. ....

10. ....

11. ....

12. ....

## Ce que j'aime !

Ces choses et ces activités  
me font plaisir :



1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

## Ce que je peux !

Je suis compétent pour  
les choses et activités suivantes :



1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

## Voici mes Chances personnelles !



...quand je combine « ce que j'aime »  
avec « ce que je peux » :

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

**Voilà mes  
prochaines démarches...**



1.....

.....

2.....

.....

3.....

.....

4.....

.....

5.....

.....

6.....

.....