

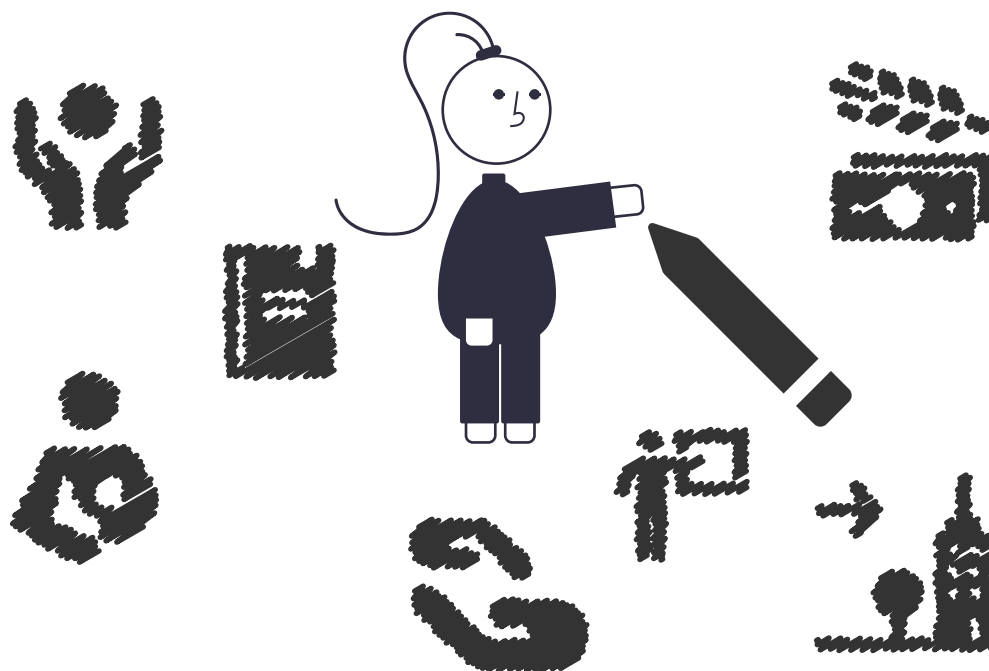


Ma « rich life picture »

Un guide simple pour tirer des enseignements de votre « rich life picture »

1. Tout d'abord, dessinez votre « rich life picture ».

Vous pouvez commencer par vous dessiner au centre de votre feuille.



Vous pouvez ensuite dessiner les événements importants sur le pourtour de la feuille.



Quand vous avez terminé, tracez des lignes pour relier ces évènements de manière adaptée et/ou des flèches pour montrer qu'ils s'influencent mutuellement.

Un guide simple pour tirer des enseignements de votre « rich life picture »

2. Réfléchissez maintenant à ce que vous avez dessiné. Utilisez l'encadré ci-dessous pour expliquer ce que vous avez dessiné. Commencez par décrire votre situation actuelle puis continuez avec les autres éléments de votre dessin.

3. Quels événements de ce dessin ont le plus changé votre vie et pourquoi ? Utilisez l'encadré ci-dessous pour prendre des notes.

4. Existe-t-il des événements similaires qui se sont produits plus d'une fois sur votre dessin ? Lesquels sont-ils ?

Un guide simple pour tirer des enseignements de votre « rich life picture »

5. Identifiez-vous d'autres événements importants de votre dessin qui ont véritablement changé votre vie ? Le cas échéant, quels sont-ils ?

6. Quelles expériences de vie illustrées dans ce dessin ont le plus influencé votre carrière ou vos espoirs de carrière ? Pourquoi ?

7. Observez une dernière fois votre dessin. Diriez-vous que votre vie a beaucoup changé ou qu'elle a été assez stable ? Pourquoi ?