



50 questions pour une vie meilleure

Posez-vous les questions suivantes pour prendre le contrôle de votre vie.

La qualité de votre vie dépend de la qualité des questions que vous vous posez!

Une vie de réussite.

Une des clefs de la réussite est de connaître vraiment les choses que nous voulons dans notre vie. En effet, c'est en connaissant ses objectifs que nous pouvons faire les différentes actions nécessaire pour les atteindre.



DÉFINIR SES BUTS:

1. Si tu voulais vivre ta vie pleinement, quel serait le premier changement que tu commencerais à faire?
2. Quel domaine de ta vie pourrait être amélioré?
3. Sur quoi pourrions-nous travailler aujourd'hui qui ferait la plus grande différence dans ta vie?
4. Comment te sentirais-tu si nous doublions ce but?
5. Que tolères-tu dans ta vie aujourd'hui? Que mets-tu en avant?
6. Que veux-tu encore plus dans ta vie?
7. Que veux tu en moins dans ta vie?
8. Quels sont trois choses que tu fais régulièrement qui ne te servent pas ou ne t'aident pas?
9. Quel serait le plus grand effet, la plus grande incidence d'avoir réussi à atteindre tes objectifs?
10. Que ferais-tu maintenant, si tu savais que tu ne peux pas échouer?
11. Comment peux-tu formuler ce but pour que cela soit quelque chose que tu veux atteindre et que cela ne soit pas quelque chose que tu veuilles éviter?
12. Qu'aimes-tu?
13. Que détestes-tu?
14. Qu'est-ce que vraiment tu voudrais accomplir et faire avant de mourir?
15. Est-ce que c'est maintenant le meilleur moment pour t'engager à atteindre ces buts!
16. Sur quoi pouvons-nous travailler maintenant qui mettrait un grand sourire sur ton visage?
17. Pour que ta vie soit parfaite, qu'est-ce qui devrait changer?
18. Que veux-tu vraiment?
19. Que pourrais-tu changer dans ta vie actuelle qui te donnerait plus de sérénité, de paix, de bonheur?
20. Comment pourrais-tu rendre ces objectifs plus spécifiques ou mesurables?



ACTIONS

1. Quel est la prochaine/première étape?
2. Quelles recherches peux-tu faire pour t'aider à définir et trouver la prochaine (ou première) étape?
3. A qui pourrais-tu parler pour t'aider à éclairer ce challenge?
4. Avec qui devrais-tu passer du temps pour que cela devienne naturel (par exemple: qui a déjà atteint le même but)?
5. Comment peux-tu obtenir l'information et les connaissances dont tu as besoin?
6. Quelles seraient trois actions sensées que tu pourrais faire cette semaine?
7. Sur une échelle de 1 à 10. A quel point es-tu excité à l'idée de faire ces étapes?
8. Qu'est-ce qui pourrait augmenter ce score? (maîtriser une peur, étapes plus claire, plus de plaisir,...)?



9. Qu'est-ce que ferait Anthony Robbins dans cette situation? Quel serait une action massive?
10. Quel seraient les conséquences (les coûts) si tu ne fais rien à ce propos?
- 11.

NOUVELLES PERSPECTIVES

1. Que peux-tu apprendre de cela?
2. De quelles façons la situation actuelle est-elle parfaite?



3. Comment pourrais-tu retourner cela immédiatement, tout en appréciant le processus?

4. De quoi dans cette situation peux-tu être satisfait et reconnaissant?
5. Que fais tu bien? Que pourrais-tu faire mieux?
6. De quelle façon peux-tu avoir plus de plaisir et de joie dans la vie?
7. Si tu étais ton propre coach, quel coaching te donnerais-tu?
8. Quelle est la valeur de ton attitude actuelle?
9. Quel est la meilleure façon dont tu te sabote et dont tu sabote le chemin vers tes objectifs?
10. Que devrais-je te dire si je remarque que tu es en train de le faire?

DIAGNOSTIQUE GÉNÉRAL

1. Quelles sont trois de tes plus grandes forces?
2. Pour quoi es-tu le plus enthousiaste? Qu'as-tu vraiment envie de faire / être / avoir?
3. Quelle serait une façon d'avoir plus d'énergie dans ta vie?
4. Si ta relation était idéale, cite moi une chose qui serait différente?
5. Quelle serait ta carrière idéale, si tu avais une liberté totale (financière, compétences, connaissances,...)?
6. Que pourrais-tu faire pour te donner plus de sérénité financièrement?
7. Quelle est ta mission sur cette terre, Quelle est ta destinée?
8. Si tu avais besoin de deviner ta mission (en regardant ta vie actuelle), quel serait-elle?
9. Pour quoi aimerais-tu être reconnu aujourd'hui dans ta vie?
10. Qui devraient dans ta vie être reconnus plus souvent? Voudrais-tu leur donner cette reconnaissance aujourd'hui?