



*Et si je profitais de cette période pour me faire coacher ?
Prendre soin de ma relation de moi avec moi ...*

C'est parti pour un autotest.... !

		OUI	NON
1	J'aime télétravailler		
2	Je m'autorise des petits plaisirs au travail		
3	J'ai peur de la COVID 19 et de ses conséquences		
4	Je m'autorise à rire au boulot		
5	J'ai des relations harmonieuses avec mon N+1		
6	J'ai des relations harmonieuses avec mes N-1		
7	J'ai des relations harmonieuses avec mes pairs		
8	Je trouve du sens à mon travail		
9	J'ai la sensation d'avoir du temps pour moi		
10	Je me fais régulièrement des feedbacks positifs		
11	Je suis à l'écoute de mon corps		
12	J'agis pour me développer personnellement et professionnellement		
13	J'obtiens des résultats conformes à mes attentes et à mes engagements		
14	J'estime avoir suffisamment d'autonomie dans mon travail		
15	J'estime avoir les moyens de réaliser mon job		
16	Au travail, je me sens en accord avec mes valeurs		
	TOTAUX		

Et si je me faisais accompagner en coaching individuel, mes axes de travail seraient :

- ...
-
-