PODCASTS - CHLOE BLOOM

#12

LES VALEURS

ma mission

Je m'appelle Chloé, je suis créatrice de solutions naturelles et holistiques et ma mission est de vous guider au quotidien vers une vie plus saine et plus sereine.

Je vous aide à réconcilier votre corps, votre esprit et votre vie grâce à des méthodes douces et naturelles autour de l'alimentation bienveillante, du bien être physique et mental et du développement personnel.

Ensemble, entretenons notre santé, cultivons notre bien-être, apaisons notre esprit et accueillons le positif dans nos vies.
Ensemble, épanouissons nous dès aujourd'hui !

Qu'est-ce que les valeurs ?

Ce sont les principes, les croyances profondes et les fondamentaux que l'on a et qui définissent notre capacité propre à différencier ce qui est "bien", ce qui est "mal", ce que l'on aime, ce que l'on aime pas.

Ce sont les piliers de votre façon de penser.

Elles servent à quoi ?

C'est ce qui nous donne l'essence, le fuel, pour avancer, agir, être heureux et être dans la plénitude

Vos valeurs nous sont propres et personnelles.

Vous partagez des valeurs avec votre entourage, votre travail et d'ailleurs, vous vous sentirez bien dans votre travail si vous partagez les mêmes valeurs et la même vision que l'entreprise.

Votre leader, votre source d'inspiration partage les mêmes valeurs que vous.

Tout le monde agit consciemment ou inconsciemment avec des valeurs.

Exercice

Définir ses valeurs

Qu'est-ce qui vous rend heureux ? Qu'est-ce qui vous drive ?

Quelles sont les valeurs qui dirigent vos choix ? vos actions ? votre vision ?

Voici une liste de valeurs : HTTPS://SCOTTJEFFREY.COM/CORE-VALUES-LIST/

Une fois définis, dresse une liste de tes valeurs.

Classe les valeurs selon leur place et leur importance.

Vérifie bien que tes valeurs ne soient pas contradictoires et dans le bon ordre.

Fais-toi un TOP 5 et analyse tes valeurs.

Est-ce que ces 5 valeurs vont t'emmener là où tu veux aller ?

Notes

N'hésite pas à écouter le podcast de nouveau et surtout à le partager !

Pour aller plus loin...

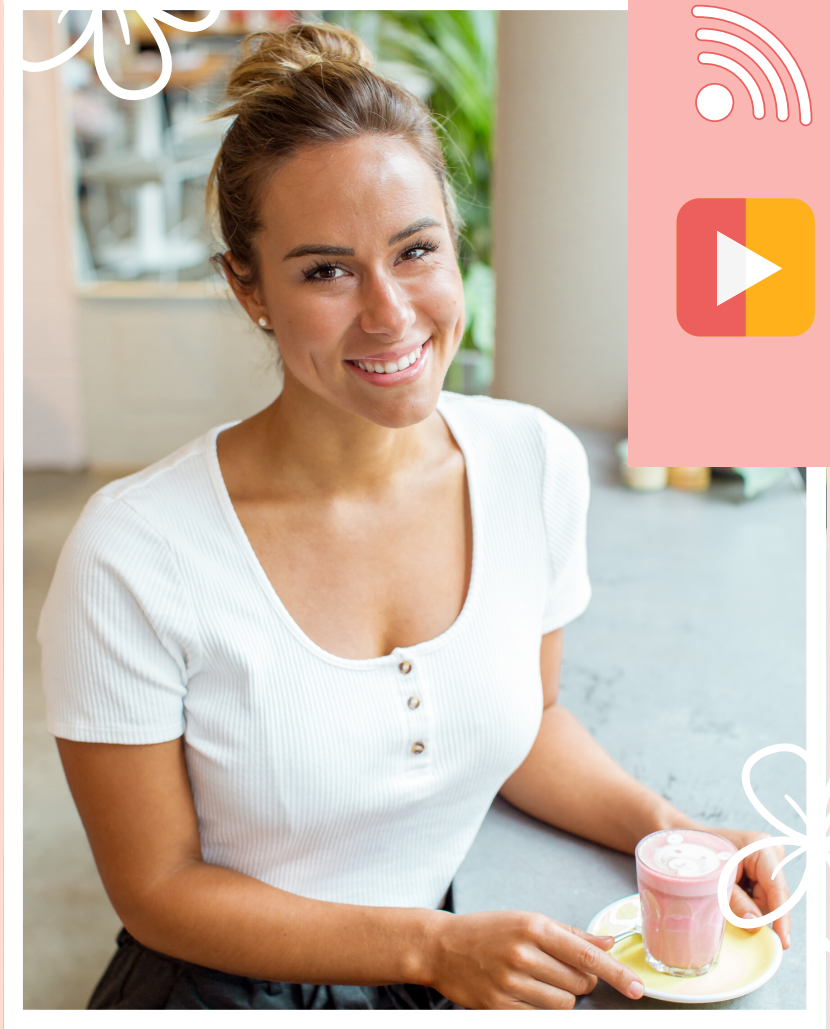
Rejoins notre communauté de milliers de fleurs qui se sont déja épanouies !
Publie tes photos avec #jesuisfleur sur Instagram

Rejoins-moi !

INSTAGRAM :
@CHLOE___BLOOM

PODCAST :
UNE VIE PLUS SAINE & SEREINE

YOUTUBE :
CHLOÉ BLOOM



Chloé Bloom