

## Mes aspirations hiérarchisées

Recopiez votre liste d'aspirations dans votre ordre d'importance

Puis estimez chacune de vos aspirations selon son degré de satisfaction pour votre vie professionnelle, et votre vie personnelle, en entourant un chiffre, de -5 (très insatisfaite, absente) à +5 (très présente, très satisfaite).

	VIE PROFESSIONNELLE	VIE PERSONNELLE
1. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
2. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
3. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
4. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
5. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
6. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
7. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
8. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
9. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5
10. .....	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5	-5 -4 -3 -2 -1 0 +1 +2 +3 +4 +5

### Réflexions supplémentaires

Cet équilibre entre vie personnelle et vie professionnelle est-il satisfaisant pour moi ?

Qu'aimerais-je changer pour améliorer cet équilibre entre ma vie professionnelle et ma vie personnelle ?