Semaine 1

Défi 1 :

Listes des personnes qui m’ont aidées à évoluer dans mon parcours :

* Faiz Abdereman
* Randriasolofoniaina Stéphane Anthony
* Mandimby Hanitra

Personnes qui m’ont aidées à faire des rencontres professionnelles

* Rasolofoson Helisoa
* Randriantsaravola Aurélie Mireille
* Yukio Kevin

Une chose importante que j’ai appris grâce à l’une de ces personnes

* Le travail sur soi paie toujours

Défi 2 :

Mon émotion habituelle positive est la satisfaction

Les situations qui déclenchent cette émotion sont le fait de :

* Apprendre au préalable pour être prêt mentalement,
* Trouver une solution rapide sans prise de tête,
* Avoir une longueur d’avance sur une réflexion.

Défi 3 :

Mes drivers : sois fort ! et Fais des efforts !

* Points positifs : confiance en soi, actif et discipliné/ apte à gérer une grande quantité de travail, volontaire et persévérance
* Conséquences négatives : cacher ses émotions, ne pas montrer de faiblesse, paraitre distant/ indifférent

Des souvenirs de remarques répétées : ce sont principalement ma mère et mes enseignants pendant mes études.

Le lien entre les remarques du passé et mes agissements automatiques est ma personnalité actuelle.