



Rétrospective 2022, objectifs 2023

Version vie professionnelle

[@elcm.fr](https://www.elcm.fr)
www.elcm.fr

Bonjour !

Bienvenue dans ce nouveau guide qui vous permettra de faire le point sur votre vie professionnelle de cette année 2022 et vous aidera à définir de nouveaux objectifs pour 2023 !

Enchantée, moi c'est Estelle !

Je suis social media manager & consultante communication digitale freelance à Toulouse depuis 2021

J'aide les pros de l'esthétique, de la beauté et du bien-être à booster leur présence en ligne pour gagner en visibilité sur les réseaux sociaux.



www.elcm.fr



Que vous soyez salarié ou indépendant, cet outils est fait pour vous si :

- Vous souhaitez prendre du recul sur le chemin parcouru en 2022
- Vous voulez faire le point entre les objectifs souhaités VS les objectifs réalisés
- Vous rendre compte avec fierté de vos accomplissements de ces 12 derniers mois
- Vous aspirez à commencer l'année 2023 sur des bases solides
- Vous souhaitez définir avec clarté et pertinence vos nouveaux objectifs professionnels

Allez, c'est parti !



Rétrospective

Nom féminin : "Émission, film, récit, etc., qui présentent de façon récapitulative et chronologique des faits appartenant à un domaine précis" (Dictionnaire Larousse).

Le principe : il s'agit de verbaliser de manière honnête et impartiale tous les moments forts de cette année passée afin de permettre une prise de recul sur votre situation.

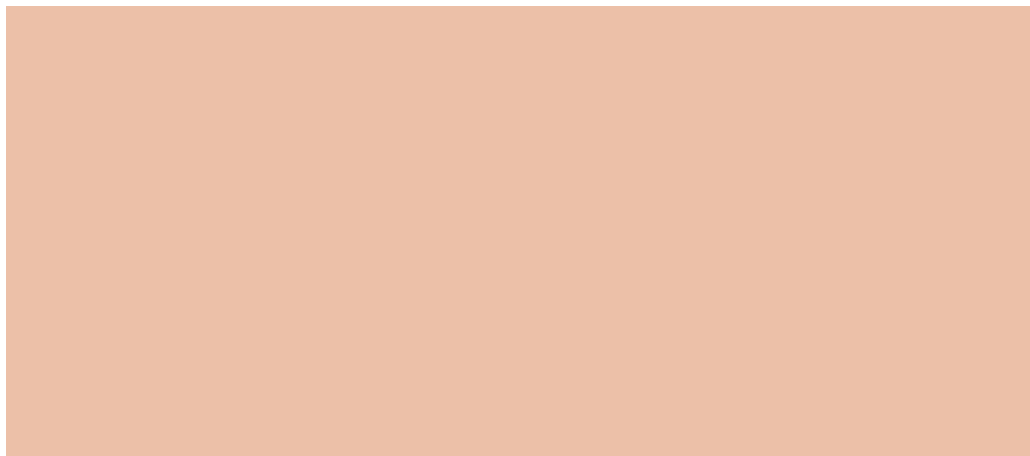
L'objectif : Constater tous les efforts fournis pour arriver à votre situation actuelle et prendre conscience du chemin parcouru.



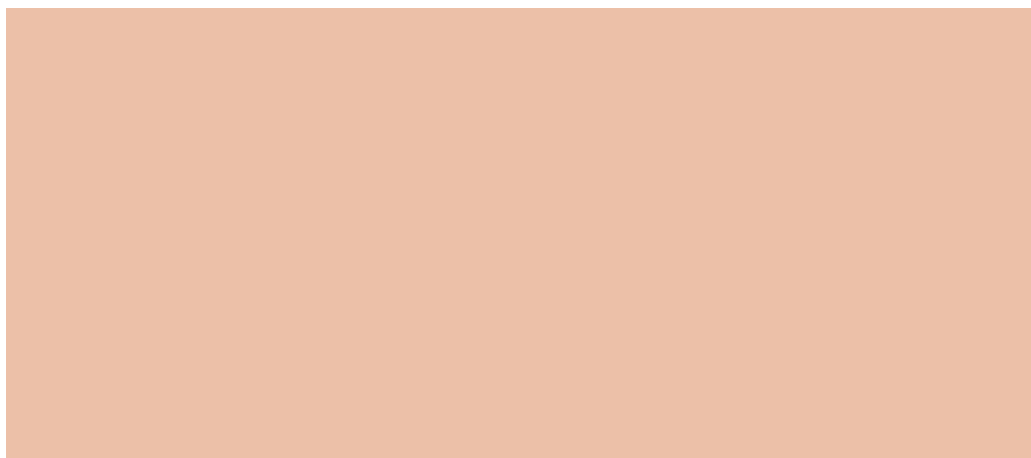
Bilan à froid de votre année 2022

1 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● **10**

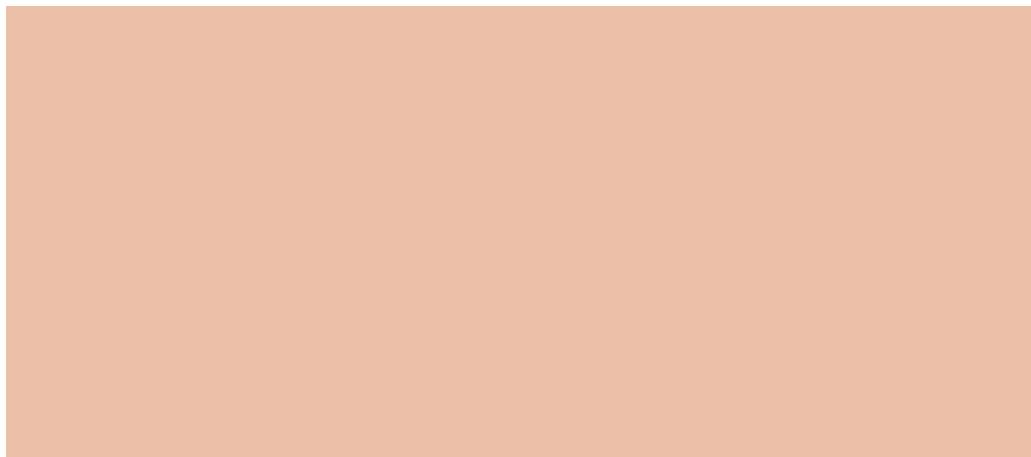
Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré ?



Les choses dont vous êtes reconnaissant(e) :



Les projets accomplis :



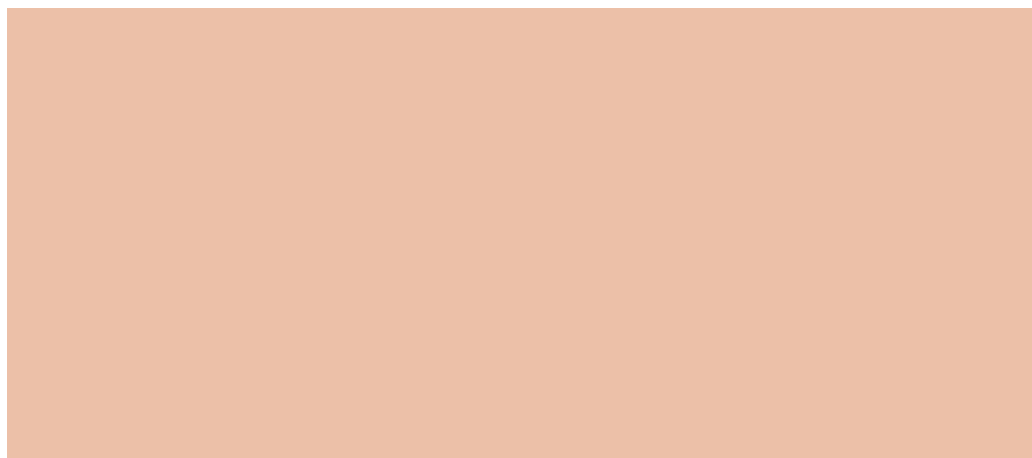
Les moments marquants :



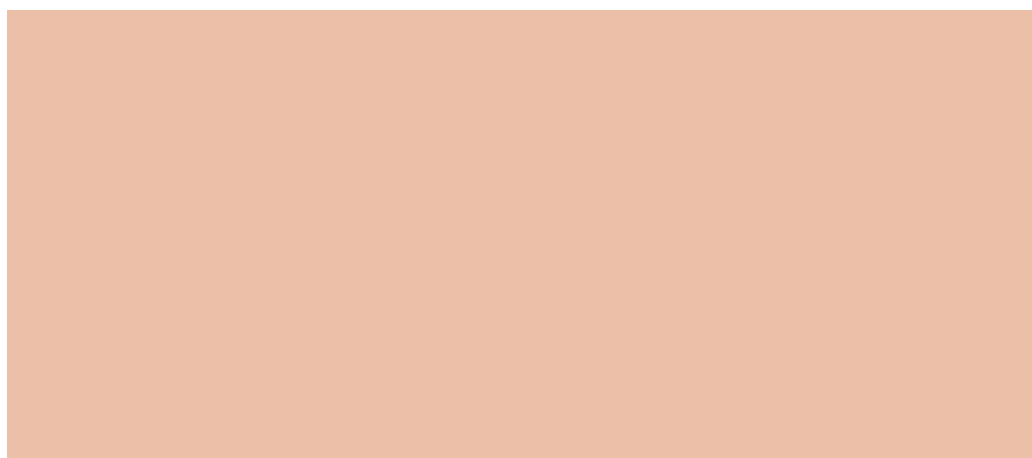
3 mots pour définir 2022 :



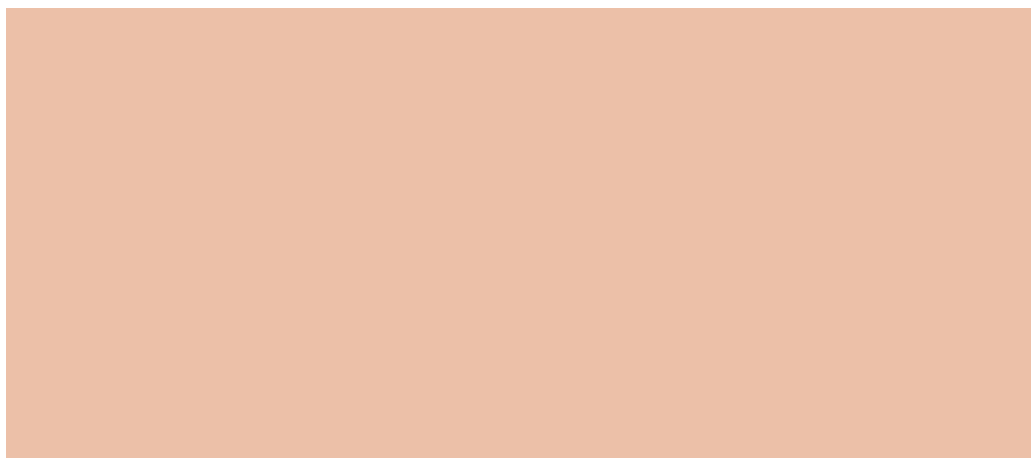
1 phrase qui résume cette année :



1 exemple concret de réussite :



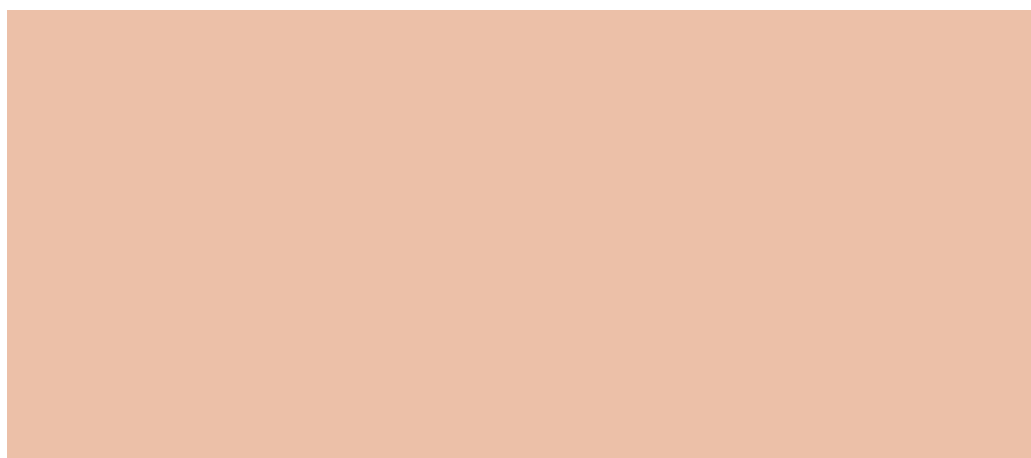
1 exemple de remise en question :



3 conseils pour 2023 :



Ce que vous pouvez continuer à faire :



En 2022 j'étais à %

En 2023 je serai à % !

Bilan à chaud de votre année 2022

1 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● **10**



Objectif

Nom masculin : "But, cible que quelque chose (ou que quelqu'un) doit atteindre" (Dictionnaire Larousse).

Le but : organiser et planifier méthodiquement l'année à venir afin que celle-ci soit rythmée par des récompenses et de la fierté.

Le principe : il s'agit de verbaliser de manière raisonnable et atteignable des choses permettant d'apporter de la satisfaction personnelle.



Votre motivation à froid pour
commencer cette nouvelle année :

1 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● **10**

3 mots pour donner le ton de 2023 :

1 citation inspirante sur "l'avenir" :



3 résolutions professionnelles :



5 objectifs professionnels pour 2023 :

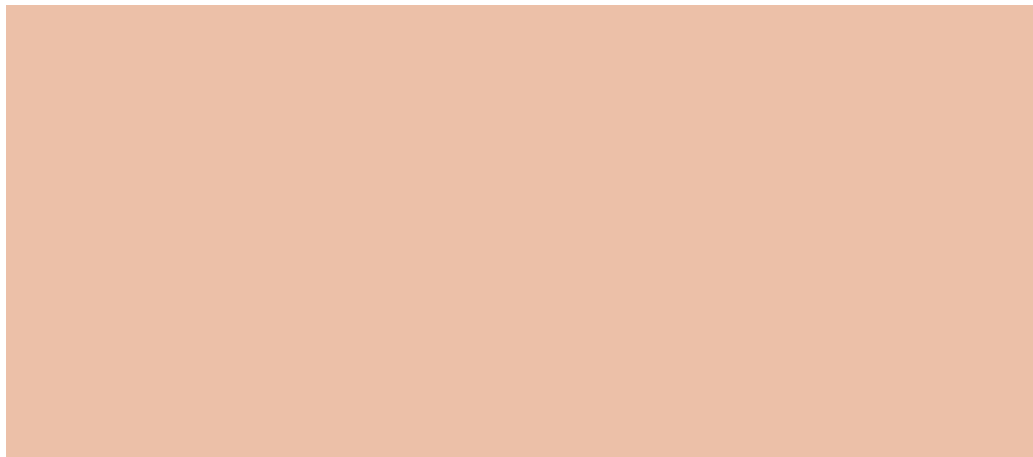


Vos priorités professionnelles :

Actions à mettre en place pour résoudre une ou des problématiques :



"secrètement, j'espère un changement
dans ma vie professionnelle qui est ..."



"Cette année, c'est la bonne !
Je me lance ..."



1 objectif à court terme
(1er trimestre):

1 objectif à moyen terme
(2eme trimestre):

1 objectif à moyen terme
(3eme trimestre):



Votre motivation à chaud pour
commencer cette nouvelle année :

1 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● **10**



Atelier formation

Premiers

pas sur

Instagram



lundi 23 janvier 2023

de 10h00 à 12h00

Rendez-vous sur mon site



www.elcm.fr



pour vous inscrire !



Bravo pour ce travail !

Il n'est pas toujours évident d'être impartial sur son parcours.

J'espère donc que ce guide a pu vous aider à prendre du recul sur votre vie professionnelle afin d'aborder 2023 avec force et sérénité.

"l'avenir dépend de nos désirs"

Moulanier Teddy

Merci d'avoir téléchargé ce guide, on se retrouve très vite pour un prochain.

A bientôt !



www.elcm.fr



Rejoignez-moi !



www.elcm.fr



@elcm.fr



Estelle LADRANGE