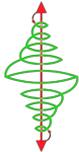




# Exprimer ses DONNS et TALENTS

## Contenus

1. Quelques différences / définitions
  2. Pourquoi développer ses dons?
  3. Comment développer ses dons?
  4. Quels sont les freins à l'expression du don?
  5. Comment se comporter en tant que parent?
- 
- 



# 1/ Différence entre dons/ talent / passions/ missions

Mission

*“Ex: aider les femmes en perte de confiance à se relever*

Dons

*Ex: soulager, conseiller, rassurer, guérir, ...*

Passions

*“dessiner, peindre , bricoler, lire, danser, etc” ...faire les courses etc,*

Talents

*“Ex: organiser, diriger, associer, parler de , écrire, construire, argumenter, résumer*

Aspirations

*“Ex: je veux devenir Riche,*



## 2/Pourquoi développer ses dons?

Epanouissement intérieur, joie, meilleure estime de soi, sensation de vivre pleinement sans vie, meilleur équilibre de vie, se sentir à sa place etc

Réussir dans la vie professionnelle

Parcours de créativité

INCertitudes/ doutes

Communication

Ouverture d'esprit

Collaboration avec d'autres personnes

Confiance en soi

Entreprendre, chercher des solutions

détermination, persistance, résilience

Résister aux critiques

Se motiver

Moneytiser sa compétence, son terrain d'excellence de façon indépendante

# 3. 1/ Comment trouver ses dons et talents?

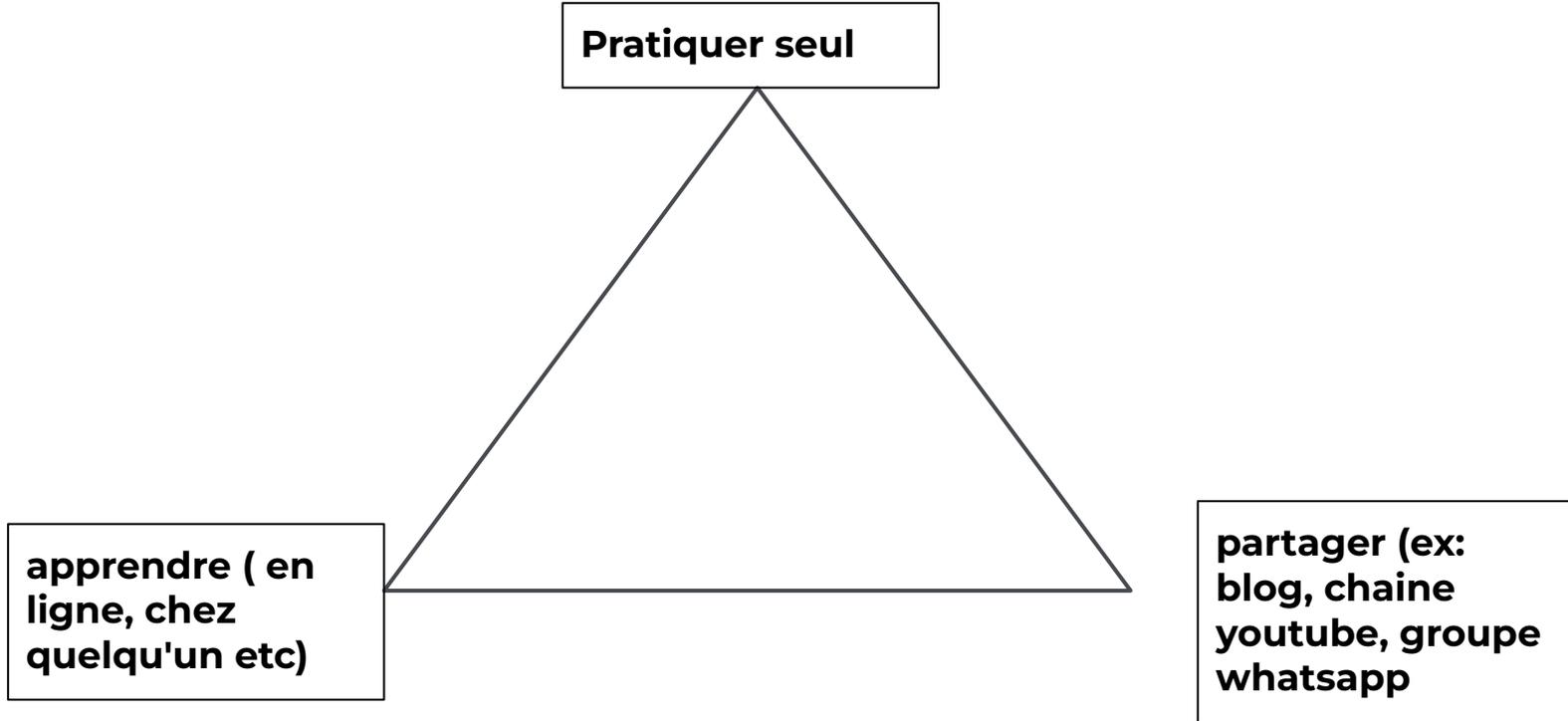
**1/ Identifier tes passions** , les activités et sujets qui te préoccupent naturellement (sur internet par exemple , ou depuis que tu es enfant )?

**2/ Qu'est ce que tu as envies** de faire quand tu es sur ces thématiques ?



**3/ Quels sont les retours que tu as quand tu réalises quelque chose** ( ce qu'ils apprécient que tu n'avais pas prévu, ce qu'ils apprécient moins etc)

## 3.2/ Comment Developper ses dons et talents?



## 4/ Quels sont les freins l'expression des dons

Demande du temps pour devenir mature,

La société ne valorise pas tout ce qui n'est pas de l'école,

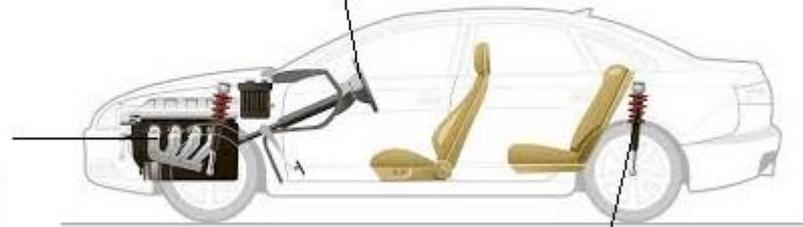
Grandes périodes de solitudes, manque d'accompagnement et d'encadrement

La Motivation

Envie d'avancer

(le moteur)

La méthode= la direction (Le volant)

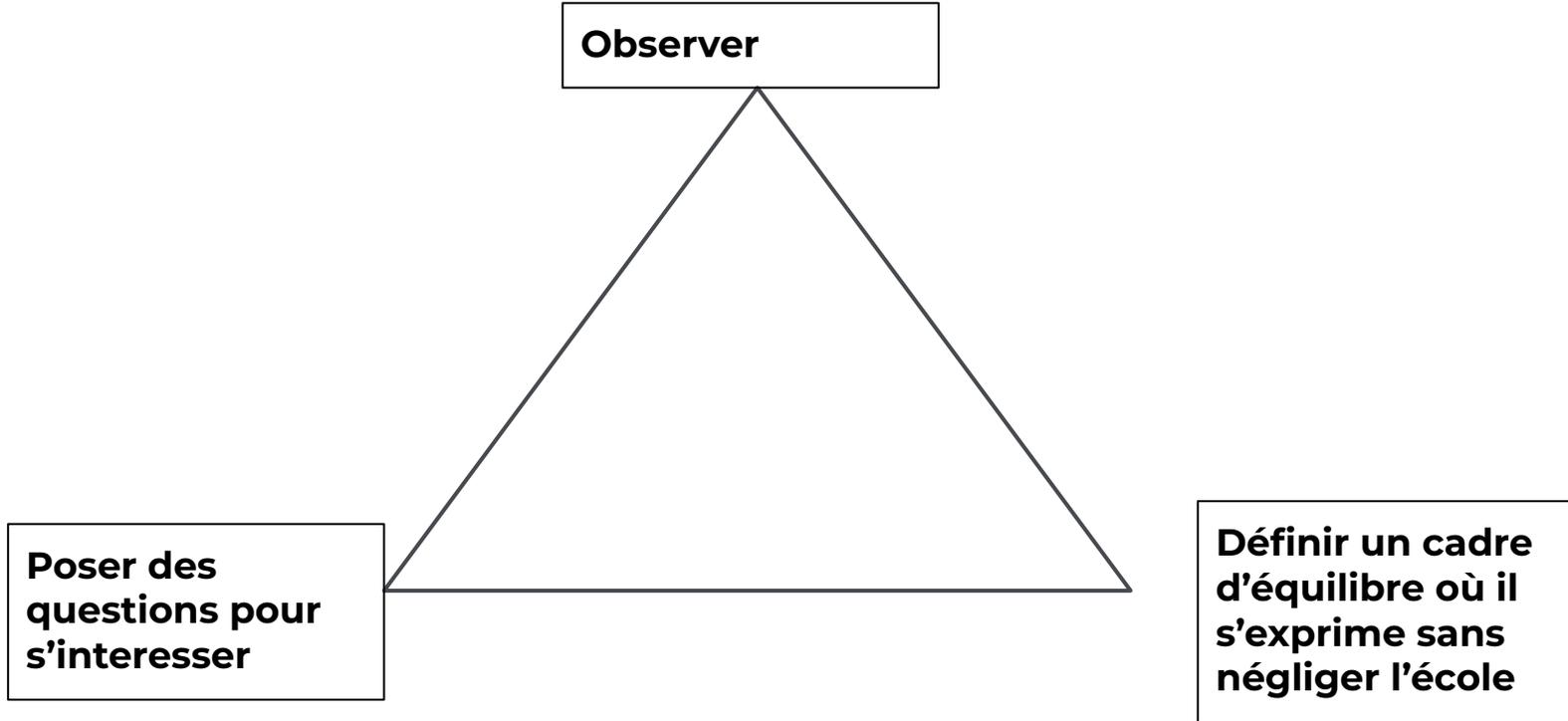


Le caractère = force mentale

Capacité à résister aux turbulences

(Les amortisseurs)

## 5/ Comment se comporter en tant que parent?





# Partage d'expériences de vie



Merci pour votre attention

Heudou Tchihikou Aubin



Auteur: Autoréalisation et Procrastination

Dépasser vos douleurs pour matérialiser vos idées, communiquer sainement, et s'orienter vers l'inconnu.

