

## FICHE OUTIL

### Le chiffre de votre enthousiasme



#### Objectif

- Prendre conscience de la valeur de nos zones d'enthousiasme



#### À vous de jouer !

Pensez à l'activité qui vous enthousiasme le plus. Calculez ensuite le temps que vous avez passé à réaliser cette activité depuis votre enfance :

Temps passé par jour X 365 jours X x années = ?

Temps passé par semaine X 52 semaines X x années = ?

Comparez ce résultat avec, par exemple, le nombre d'heures de cours pour réaliser un master ou un doctorat. En termes de temps, vous pourriez donc être doctorant de ces activités.

Votre chiffre :