**Activité d’écriture : « La fuite du temps et ton développement personnel »**

**Objectif** : Prendre conscience du passage du temps et réfléchir à son impact sur ton développement personnel à travers un texte introspectif.

**Consignes:**

1. **Installe-toi bien et concentre-toi sur le moment présent.** 
   * Respire profondément et ferme les yeux quelques instants.
   * Pense à un moment où tu as ressenti que le temps passait trop vite.
2. **Souviens-toi d’un événement marquant de ton passé.**
   * Identifie un moment où tu as pris conscience du changement.
   * Décris les sensations et les émotions que tu as ressenties.
3. **Analyse ton évolution.**
   * Compare la personne que tu étais à celle que tu es aujourd’hui.
   * Repère les expériences qui t’ont transformé(e).
   * Identifie les leçons que tu as tirées du temps qui passe.
4. **Projette-toi dans l’avenir.**
   * Imagine-toi dans 5 ou 10 ans.
   * Fixe-toi un objectif important.
   * Écris ce que tu aimerais ressentir en te retournant sur ton parcours.
5. **Rédige ton texte avec soin.**
   * Commence par une phrase marquante pour capter l’attention.
   * Utilise des images fortes et des métaphores pour exprimer la fuite du temps.
   * Structure ton texte en trois parties :
     + **Introduction** : Constate la vitesse du temps qui passe.
     + **Développement** : Décris une expérience et ses effets sur toi.
     + **Conclusion** : Projette-toi dans l’avenir et formule une réflexion personnelle.
6. **Relis-toi et améliore ton texte.**
   * Vérifie la cohérence et l’enchaînement des idées.
   * Corrige les fautes et reformule si nécessaire.