

52 Rituals Outward

1.	Pensez à quelqu'un vers qui vous avez été distant. Faites une chose pour cette personne qui lui sera utile.
2.	Dans chaque interaction aujourd'hui, concentrez-vous sur identifier des besoins, des objectifs et des défis des autres. Voyez ce qui se passe en conséquence.
3.	Aidez quelqu'un à se sentir apprécié aujourd'hui.
4.	Pensez à quelqu'un qui attend quelque chose de vous. Aujourd'hui, faites ce qu'ils attendent.
5.	Avant de prendre des décisions aujourd'hui, demandez-vous : qui sera affecté par cette décision? Coordonnez-vous avec eux.
6.	Concentrez vous sur les solutions aujourd'hui plutôt que d'attribuer des blâmes
7.	Pensez à quelqu'un qui a probablement l'impression que vous le considérez comme un véhicule. Quels changements à vous de faire dans cette situation ?
8.	Soyez un très bon écouteur aujourd'hui. Parlez moins. Écoutez davantage.
9.	Apprenez le prénom de trois personnes aujourd'hui, appelez-les par leur prénom et apprenez quelque chose de remarquable à leur sujet.
10.	Aidez quelqu'un à réussir quelque chose aujourd'hui.
11.	Veillez à ce que personne ne soit sans importance pour vous aujourd'hui.
12.	Pensez à quelque chose que vous pourriez apprendre de quelqu'un afin de mieux remplir vos responsabilités, puis demandez à cette personne des instructions/conseils dans ce domaine.
13.	Pensez à une façon dont vous avez rendu quelque chose plus difficile pour un.e collègue et excusez-vous.

14.	Quelle conversation difficile évitez-vous ? Engagez cette conversation aujourd'hui avec un état d'esprit "Outward".
15.	Aidez un.e de vos collègues à briller aujourd'hui.
16.	Rencontrer quelqu'un pour apprendre sur eux aujourd'hui.
17.	Faites l'éloge d'un.e collègue auprès d'un manager.
18.	Pensez à une façon dont vous contribuez à un problème sur le lieu de travail et assumez la responsabilité du problème.
19.	Changez une chose dans la façon dont vous faites votre travail qui augmenterait votre utilité envers les collègues qui sont affectés par ce que vous faites.
20.	Donnez des informations, des ressources, de l'aide ou du soutien à un collègue aujourd'hui.
21.	Identifiez un.e collègue en difficulté et trouvez un moyen de l'aider.
22.	Pensez à un moyen créatif de partager certaines de vos ressources avec un.e collègue, puis proposez-le à votre collègue.
23.	Faites un compliment à trois collègues aujourd'hui.
24.	Faites quelque chose pour un.e collègue aujourd'hui qu'il.elle aimerait que vous fassiez mais auquel vous avez repoussé
25.	Avant d'aborder un problème délicat aujourd'hui, appliquez l'un des exercices Outward mindset.
26.	Trouvez quelque chose à aimer chez chaque collègue que vous rencontrez aujourd'hui, en particulier les plus difficiles.

27.	Trouver une solution à un problème qui affecte négativement le lieu de travail.
28.	Demandez conseil à trois collègues sur quelque chose.
29.	Trouvez des raisons pour remercier autant de collègues que possible.
30.	Lorsque vous commencez à vous sentir exaspéré.e envers quelqu'un aujourd'hui, souvenez vous d'un moment où vous avez fait quelque chose de similaire à ce qu'il.elle fait.
31.	Apprenez quelque chose sur chaque personne avec qui vous interagissez aujourd'hui.
32.	Faites quelque chose d'utile pour votre manager auquel il.elle ne s'y attend pas et dont votre travail n'a pas besoin.
33.	Pensez à ce que vous pouvez faire différemment aujourd'hui envers une personne avec qui vous travaillez mais ne connaissez pas très bien.
34.	Faites quelque chose pour votre manager qui soulagerait une partie de la pression qu'il.elle ressent.
35.	Appliquez le modèle Outward Mindset pour résoudre un problème en cours.
36.	Si vous n'avez pas fait un point sur votre travail avec votre manager ces 30 derniers jours, organisez un rendez-vous pour le faire.
37.	Pensez à quelque chose que vous pourriez apprendre de votre manager afin de mieux vous exécuter vos responsabilités, puis demandez à votre manager des instructions/conseils dans ce domaine.
38.	Quelle chose difficile ou inconfortable avez-vous évité de faire ? Fais-la aujourd'hui.
39.	Imaginez comment votre manager aimerait que vous passiez votre temps aujourd'hui, puis travaillez de cette façon.

40.	Appliquez un état d'esprit Outward à une situation au travail aujourd'hui.
41.	Abstenez-vous de vous plaindre ou de dire quoi que ce soit de négatif sur qui que ce soit aujourd'hui.
42.	Qu'est-ce que la responsabilité exige de vous aujourd'hui ? Faites ce que la responsabilité exige.
43.	Pensez à qui est le client principal de votre travail. Est-ce un client externe ou un client interne ? Ensuite, demandez-vous : à quel point ce client se sent-il bien servi? Faites quelque chose pour améliorer cette réponse.
44.	Excusez-vous pour quelque chose dont vous devez vous excuser.
45.	Pensez à un domaine dont vous donnez moins que votre meilleur effort. Faites de votre mieux pour ce domaine aujourd'hui.
46.	Ajustez quelque chose que vous faites aujourd'hui pour être plus utile aux autres.
47.	Faites l'exercice "Se rencontre pour donner" avec quelqu'un sur qui vous avez un impact.
48.	Pensez à une excuse que vous avez utilisée dans votre travail. Aujourd'hui, travaillez de telle manière que vous n'avez pas besoin d'excuses.
49..	Posez 3 questions à quelqu'un que vous touchez (quels sont leurs objectifs/challenges, comment vous pouvez les aider,etc.)
50.	Apprenez les objectifs de trois personnes que vous impacté au travail.
51.	Si vous agissiez avec la mentalité d'un propriétaire de votre entreprise, que feriez-vous différemment de ce que vous faites actuellement ? Etablissez l'un de ces changements aujourd'hui.
52.	À quoi ressemblerait votre journée aujourd'hui si vous utilisez chaque minute de manière productive ? Fonctionnez comme ça aujourd'hui.