

J'allège mon esprit

EXERCICE EPISODE 24 : POURQUOI C'EST SI DUR DE CROIRE EN SOI

Objectif : Cette semaine on va essayer de découvrir ce qui vous bloque dans votre accès à vous même. Quelles sont les pensées qui vous en empêche...

1 - Avez vous des difficultés à croire en vous dans votre quotidien?

2 - Dans quelles situations cela est le plus flagrant pour vous?

3 -Quelles répercussions cela a dans votre vie?

4 -Pourquoi pensez vous que vous avez ces difficultés pour avoir une vraie conscience de votre valeur, de vos qualités?

Développez le plus possible et soyez honnête avec vous même

Si vous souhaitez me soumettre vos réponses, me poser des questions, avoir un retour par mail, ou même un entretien de quelques minutes via zoom, n'hésitez pas à me faire suivre votre fiche complétée, par mail à julielapresle@yahoo.com



www.julielapresle.com

Julie Lapresle

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL