

# J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 34 : "C'EST PAS LE BON MOMENT"

**Objectif :** Comprendre quand et pourquoi j'utilise cette phrase dans mon quotidien, ainsi que ses conséquences...

Dans quelle situation de votre quotidien vous retrouvez vous à penser cette phrase en ce moment? Quelle émotion cela génère?

Est il véritable que "ce n'est pas le bon moment"? Si oui, pourquoi?  
Si non, pourquoi?

Quelle serait la solution selon vous, pour que "ce soit le bon moment"?  
Souhaitez vous vraiment faire de cela votre priorité actuelle?

Pour me soumettre votre fiche, rien de plus simple, renvoyez la, remplie en ligne, à l'adresse suivante :  
**julielapresle@yahoo.com**

WWW.JULIELAPRESLE.COM



**Julie Lapresle**

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL