

J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 37 : "NOIR, BLANC...ET SI ON METTAIT AUSSI DU GRIS DANS NOTRE VIE?"

Objectif : Comprendre en quoi le 'tout ou rien' influence votre vie, vos décisions, et votre passage à l'action....

Avez vous la sensation parfois de ne pas passer à l'action, de ne pas réaliser ce que vous voudriez dans le temps imparti, ou de ne pas accéder au résultat que vous espéreriez? Comment cela se traduit il?

Pensez vous que si votre objectif était différent, décomposé ou simplifié, cela vous permettrait d'accomplir votre souhait premier? Comment cela pourrait il se matérialiser?

Quelle est l'émotion principale qui engendre ce blocage chez vous? Qui met en place ce système de "tout ou rien" et vous garde dans l'inaction?
Quelle est la pensée principale qui génère cette émotion?

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