



J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 78 - A VOULOIR QUE TOUT SOIT MIEUX, C'EST PARFOIS PIRE... C'EST NORMAL?

As tu parfois l'impression que de faire ce travail sur toi, de prendre ce temps, te rend parfois la vie plus compliquée dans certains cas?
Comment cela se traduit il?

Quelles sont, selon toi, les choses qui t'empêchent de pouvoir profiter pleinement des outils que tu as désormais? Qu'est ce qui pourrait t'aider à les mettre en place de façon plus efficace?

Si tu souhaites un exercice supplémentaire qui agrémentera ta semaine entière, n'hésites pas et envoies moi un message à : julielapreste@yahoo.com



Julie Lapresle

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

