



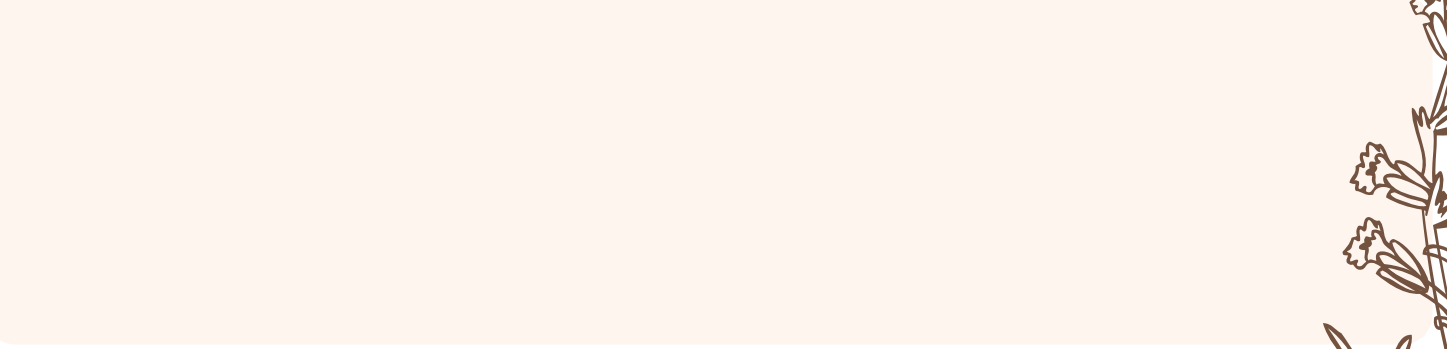
J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 79 - SI C'EST "ÇA" LA SOLUTION, ÇA DEVRAIT ÊTRE FACILE, NON?

Quelles sont les émotions que vous cherchez le plus à fuir au quotidien?
Pourquoi?



Comment gérez vous la situation lorsque vous ressentez des émotions dites "négatives"?
Avez vous parfois l'impression de rentrer dans un cercle émotionnel "vieux"?
Si oui, pourquoi?



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



Julie Lapresle

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

