

Pensées Puissantes

Chaque jour, Choisis l'une des ces pensées puissantes, et reportes-toi au guide qui suit pour te les approprier.

1. Mon enfant peut être contrarié et je n'ai pas besoin de l'être.

2. J'ai toujours le temps d'aller à l'essentiel.

3. Je suis exactement là où je dois être.

4. Il n'y a pas d'enfants difficiles, il n'y a que l'histoire que je me raconte.

5. Je mérite l'attention et le temps que je m'accorde.



1. Mon enfant peut être contrarié et je n'ai pas besoin de l'être.

Je crois que toutes les expériences que mon enfant vit sont là pour le faire grandir, je sais que la vie est parsemée d'émotions positives ET négatives.

Et si je ne suis pas contrariée, quel sera mon rôle auprès de mon enfant dans ce moment présent?

2. J'ai toujours le temps d'aller à l'essentiel.

Ce qui me prend le plus de temps, c'est la confusion et le débordement. Lorsque mes priorités sont claires, c'est beaucoup plus facile d'avancer

De quoi est ce que je peux me libérer aujourd'hui, pour me concentrer sur l'essentiel?



3. Je suis exactement là où je dois être.

Je ne m'impatiente pas, je comprends que certains résultats prennent du temps à se construire. J'accorde d'avantage de valeur aux changements durables et ancrés qu'aux changements immédiats et de courte durée.

Si je valorise tout ce que j'ai déjà fait pour en arriver là où j'en suis aujourd'hui, comment est ce que j'aborde ma journée?

4. Il n'y a pas d'enfants difficiles, il n'y a que l'histoire que je me raconte

J'ai le privilège d'être la spectatrice du film de vie de mon enfant. Il est le héros de son histoire et celle-ci finira bien.

En quoi est ce que mon enfant est parfaitement comme il doit être aujourd'hui?

5. Je mérite l'attention et le temps que je m'accorde.

Je suis la personne la plus importante de ma vie, et la qualité de ma relation avec moi-même est la base de tous mes succès

Quel temps et quelle attention vais-je m'accorder aujourd'hui, avec joie et sans culpabilité?

PS. Si tu veux discuter plus en détails de ta situation et mieux comprendre comment je peux t'aider, je t'invite à céduer une session avec moi. C'est complètement gratuit.

Mon rôle en tant que ta coach est de te guider et t'accompagner avec mes outils puissants pour que tu puisses découvrir et vivre ta vie de rêve.

[CLIQUE ICI POUR PRENDRE RDV](#)

Ta Coach Maryse