

# BOOSTEZ VOTRE CONFIANCE EN VOUS



# 6 exercices pour booster votre confiance en vous

Cultivez vos pensées  
positives

Ne restez pas dans  
l'inaction

Ne vous comparez pas  
aux autres

Acceptez les échecs

Ayez des objectifs  
réalistes

Reconnaissez vos  
compétences

EXERCICES  
6  
SEMAINES

BIEN DANS MON  
*Business* ↗

# Je liste mes pensées positives

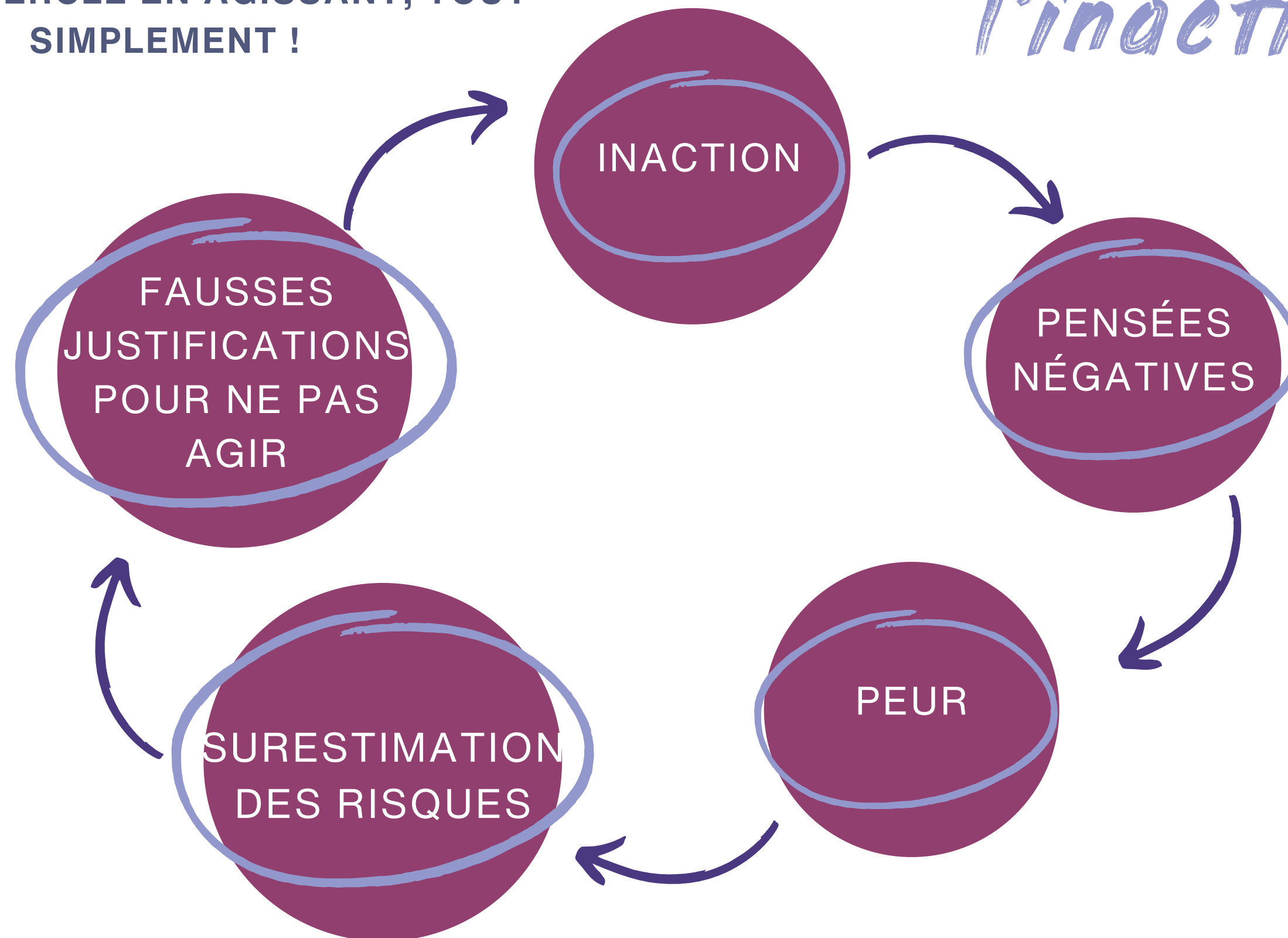
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____

happy

A DÉFAUT DE TOTALEMENT VOUS CONVAINCRE QUE VOUS ÊTES FANTASTIQUE, CETTE MÉTHODE AURA AU MOINS LE MÉRITE DE TAIRE LES PENSÉES RABAISSANTES QUI VOUS EMPÊCHENT D'AVANCER.

L'INACTION PROVOQUE UN CERCLE VICIEUX. C'EST A VOUS DE METTRE FIN A CE CERCLE EN AGISSANT, TOUT SIMPLEMENT !

*Ne restez pas dans l'inaction*



# Ne vous comparez pas aux autres

Chaque entrepreneur possède ses **forces** et ses **faiblesses**.

Se comparer constamment aux autres ne fait que baisser **l'estime de soi**.

Vous êtes différent-e,

avec vos propres points forts et points faibles, et c'est tant mieux !

Identifiez votre avantage et mettez le avant !



DES MOTS À RETENIR

---

« *Je ne perds jamais,  
soit je gagne,  
soit j'apprends.* »

---

Nelson Mandela

# Envisagez vos échecs de manière positive



MON ÉCHEC

MON ENSEIGNEMENT



BIEN DANS MON

*Business* ↗

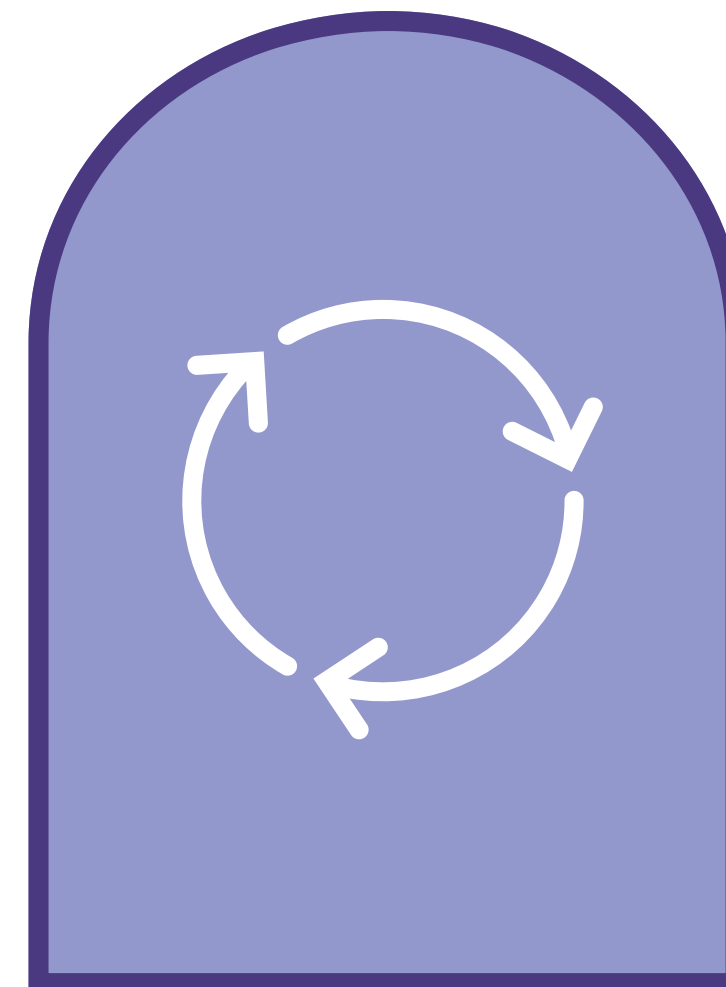
# Ayez des objectifs réalistes



FIXEZ-VOUS DES OBJECTIFS  
**ATTEIGNABLES.**  
SOYEZ RÉALISTE ET PAS  
PERFECTIONNISTE.



PLUS VOUS ATTEINDREZ VOS  
OBJECTIFS ET PLUS VOTRE  
**COURBE DE CONFIANCE**  
AUGMENTERA.



VOUS ALLEZ DONC  
CRÉER UN CERCLE  
VERTUEUX.

*Je liste mes  
objectifs  
professionnels*

Listez ici vos objectifs  
professionnels à court, moyen et  
long terme.

✓

✓

✓

✓

✓

✓

*Reconnaissez et listez ci-dessous  
vos compétences*

Four horizontal, rounded rectangular boxes for listing skills, arranged vertically on the left side.

Four horizontal, rounded rectangular boxes for listing skills, arranged vertically on the right side.



**ARRÊTEZ D'ÊTRE TROP CRITIQUE ENVERS  
VOUS MÊME ET DEVENEZ VOTRE  
MEILLEUR AMI !**

# Nos clients valident nos méthodes...

UN ÉCLAIRCISSEMENT  
COMPLET, TOTAL ET RÉEL  
SUR TOUTES LES  
POSSIBILITÉS  
UNE ORGANISATION AU TOP



*Philippe B.*

ÇA M'A PERMIS D'ENLEVER TOUS  
MES DOUTES. JE NE  
PROCRASTINE PLUS  
J'Y ARRIVE ET JE SUIS TRÈS  
CONTENTE

*Nadia. T*

JE ME SENS REBOOSTÉE, JE  
ME SENS EN CONFIANCE,  
LA FORMATION EST JUSTE  
EXTRAORDINAIRE

*Sandra. N*



*Vous souhaitez en savoir davantage ?*

**PRENEZ RDV POUR UN  
ENTRETIEN  
PERSONNALISÉ VIA  
CALENDLY**



**JE DEMANDE UN RDV >**

# POUR PLUS D'INFORMATIONS



[HTTPS://BIENDANSMONBUSINESS.COM/](https://biendansmonbusiness.com/)



[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/GROUPS/BIENDANSMONBUSINESS](https://www.facebook.com/groups/biendansmonbusiness)



[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/CHANNEL/UCABOCUFF9TMAAIJTOCY8DXA](https://www.youtube.com/channel/UCABOCUFF9TMAAIJTOCY8DXA)