

A circular frame with a light blue, hand-painted brushstroke border. Inside the circle, a person with long brown hair is seen from the back, looking out over a body of water at a bright sunset. The sun is low on the horizon, and its golden light reflects on the water's surface. The background of the entire image is a solid dark blue.

ESTIME DE SOI TOUT VIENT DE L'INTÉRIEUR

LUCIE GRÉGOIRE CONSULTANTE

LUCIEGREGOIRE_CONSULTANTE@HOTMAIL.COM

LUCIEGREGOIRECONSULTANTE.COM

CELL 514 409 1515



*Ma souffrance est peut-être ce en quoi j'ai cru.
C'est en croyant en moi que je ferai de grand pas*

D'où provient cette perception?
En quoi cela nous affecte?
Pourquoi s'accrocher à cette sensation?
Comment en suis-je rendu la?

Le degré d'exigence de notre société fait en sorte de nous remettre en question

La performance, les résultats, la hiérarchie viennent définir les priorités et nos valeurs personnelle

Dès notre enfance, nous devons suivre le meilleur exemple

Prise de conscience



Négatif

Pensée
Interprétation
Visualisation
spéculation



Répercussion

Émotion
Réflexion
Agitation



Domage

Distanciation
Conflits
Réaction

Cessez de croire en tous ce que vous imaginez!

Cela n'apporte que du négatif

Ce sont des pensées et non la réalité

La dramatisation ne fera qu'alimenter la situation

Ce que je suis



Accepter qui l'on est

- Son apparence
- Son style de vie
- Son langage
- Son orientation

Ce que je vie



Perception de votre image

- Se que je dégage
- Le jugement des autres
- Mes relations
- Mon travail

Ce que veux



Confiance

- Assurance
- Valorisation
- Mes forces
- Mon morale
- Mo mentale



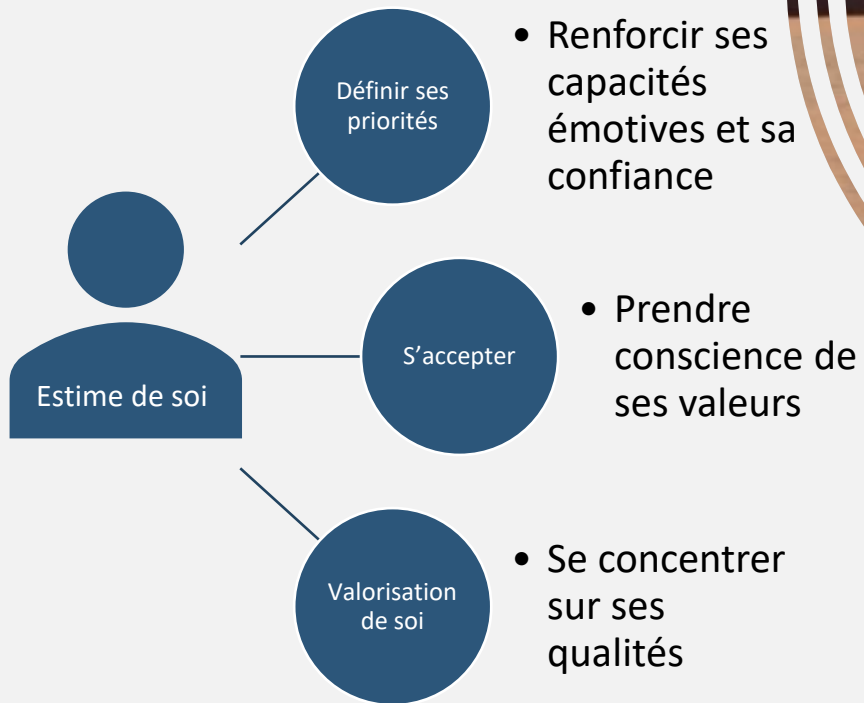
Mes qualités

- Détermination
- Accomplissement
- Fierté
- Réussite



Ressenti

- Valeur
- Émotion
- Sentiment
- Appartenance
- Amour des autres



À propos de VOUS

N'attendez pas après les autres pour vous faire des compliments

Vous êtes bien placé pour vous complimenter

Vous êtes une personne exceptionnel

***SOYEZ FIER DE VOS ACCOMPLISSEMENTS,
ET DE VOTRE RÉUSSITE.***

C'EST À VOUS SEUL QUE VOUS LE DEVEZ !

***PRENEZ LE LARGE, OUVREZ LES VOILES
LE VENT SERA DE VOTRE COTÉ***



LUCIEGREGOIRECONSULTANTE.COM

CELL 514-409-1515



MERCI DE VOTRE CONFIANCE

LUCIE GRÉGOIRE CONSULTANTE

CELL 514-409-1515

LUCIEGREGOIRECONSULTANTE.COM