

fmi  igf[®]

GUIDE

d'implantation

Nathalie

Plamondon-Thomas
Spécialiste en Confiance

Autrice de 12 Bestsellers Internationaux
Conférencière canadienne de l'Année 2021

L'ACADÉMIE
ar la
Pensée

LA CONFIANCE:
CATALYSEUR DE MOBILISATION.
ÊTRE À SON MEILLEUR SOUS LA PRESSION,
PROGRESSER ET S'ÉPANOUIR
DANS LE CHANGEMENT

SECTION 1 - POURQUOI LA CONFIANCE

Nous avons fait face à de nombreux changements au cours des trois dernières années.

SECTION 2 - RETOUR À LA “NORMALE”

Nous devons nous doter d'outils pour continuer à être confiants face aux changements inévitables.

SECTION 3 - LA CONFIANCE:
CATALYSEUR DE LA MOBILISATION

- Des études récentes révèlent que 85% des gens manquent de confiance en soi dans au moins un domaine de leur vie.
- 2.5 heures par jour sont perdues en drames émotionnels.

SECTION 4 - LE CERVEAU:
L'ESPRIT LOGIQUE ET L'ESPRIT SUBCONSCIENT

- L'esprit logique peut assimiler entre 5 et 9 éléments en même temps.
- L'esprit subconscient peut assimiler plus de 2.3 millions d'éléments par seconde.

SECTION 5 - LE CERVEAU:
VOTRE ASSISTANT PERSONNEL

- Le travail de votre assistant personnel est de vous faire “avoir raison” au sujet de ce que vous dites et de ce que vous pensez.
- Dites à votre assistant personnel ce que vous voulez, et non ce que vous ne voulez pas.
- Les mots sont importants.

SECTION 6 - LE CERVEAU: QUELQUES FAITS

- Un cerveau adulte possède en moyenne 7000 milliards de connexions cérébrales.
- Combien de pensées avons-nous par jour? Entre 50 000 et 80 000.
- Les recherches démontrent que 70% de nos pensées sont négatives.

SECTION 7 - TEST DE MÉMOIRE

Votre cerveau est la structure la plus puissante et la plus complexe de l'univers.

SECTION 8 - OUTILS DE CONTRÔLE DES ÉMOTIONS

Générer des réactions biochimiques positives contribue à briser un cycle émotionnel.

SECTION 9 - OUTILS: LA TECHNIQUE EN DEUX ÉTAPES

1. Répétition au passé : Avant je _____

2. Énoncé progressif : Maintenant, je suis prêt-e à apprendre (ou je suis en train de) :

SECTION 10 - OUTILS: PROLONGER LA MOTIVATION
MON ÉNONCÉ PROGRESSIF :

À Compléter ici: <https://thinkyourself.com/fr/progressive-statement/>

SECTION 11 - CONCLUSION

- Rappelez-vous la leçon des orphelins.
- Vous pouvez remplir le sondage ici: <https://thinkyourself.com/sondage/>



Préparez-vous à augmenter votre performance
et à activer votre plein potentiel.

Continuez d'utiliser les stratégies simples et concrètes
pour transformer vos pensées et vos croyances en une force intérieure
qui vous permettra d'être au meilleur de vous-même.

Vous avez les outils de base
pour être EN CONFIANCE PAR LA PENSÉE.

Et si vous voulez aller encore plus loin
et reprogrammer l'adresse dans votre GPS,
vous pouvez lire mes livres, www.thinkyourself.com/books,
vous inscrire à mes formations en ligne
www.thinkyourself.com/online
ou encore plus facile : faites-moi signe et on prend un café virtuel...

Choisissez un moment qui vous convient ici:
www.thinkyourself.com/schedule

Nathalie



fmi  igf[®]

 nathalieplamondon-thomas

 nathaliepthinkyourself

 nathalieplamondon-thomas

 nathalie@thinkyourself.com

 778-899-0260

THINK Yourself[®]

L'ACADÉMIE
par la
Pensée