





CONFIANCE ILLIMITÉE : les étapes de F. Nicolas


~~confiance en soi~~ 

liberté = choix



 →   



 croyances limitantes
pensées négatives





  5 étapes
21 défis






 1. analyse   


 croyances →  
→  











2. compréhension  


 ↔   



    




3. réaction 




    →  → 




  croyances limitantes positives


 4. action

vous accepter  —  —

surmontez vos peurs   

pensez positif   

5. planification   

 échec = apprentissage