Estime de soi

1. Traitez-vous Gentiment Quand vous Faites des erreurs

2. Concentrez-Vous sur vos Qualités et Vos succès !

3. Apprenez À dire « NON»

4. Rejetez tout Commentaire Dévalorisant à Votre égard.

5. Considérez Chaque Personne que Vous Rencontrez Comme votre EGAL !

6. Il est sage de Considérer Chaque erreur Comme une Expérience.

7. Ma valeur ne Dépend pas de Mes succès Ou de mes Erreurs.

8. Faites de la JOIE Une Habitude !

9. Je commence Par me Respecter Moi-même

10. Trouvez un travail ou une Formation que Vous aimez.

11. Ne vous Préoccupez Pas de ce que Les autres Pensent de Vous.

12. Ma valeur En tant qu'être Humain M'autorise à Recevoir ce Qu'il y a de MEILLEUR

13. Je m'accepte Juste Comme JE SUIS

14. Retrouvez la Liberté D'être Vous-même

15. Chaque jour Je me consacre Du Temps.

Www.rouesdelumiere.ch