

# Mieux comprendre les évènements de la vie

## Les 4 clés pour être heureux dans sa vie et attirer le bonheur

### FICHE BONHEUR 1 - QUELLES SONT VOS CROYANCES ?

#### #1. Parfois, en pensant à une réalisation personnelle, à un « plus » dans votre vie, vous vous dites : « oui mais »

En vous posant, et en étant aussi honnête que possible avec vous-même, cherchez à identifier cette petite voix, ce discours, qui semblerait vouloir aller à l'encontre de cette réalisation

Ce sont vos croyances limitantes : Faites-en la liste ci-dessous

1 le Perfectionniste

2 le Bienfaiteur

3 le Battant

4 le Créatif

5 l'Investigateur

6 le Loyaliste

7 l'Enthousiaste

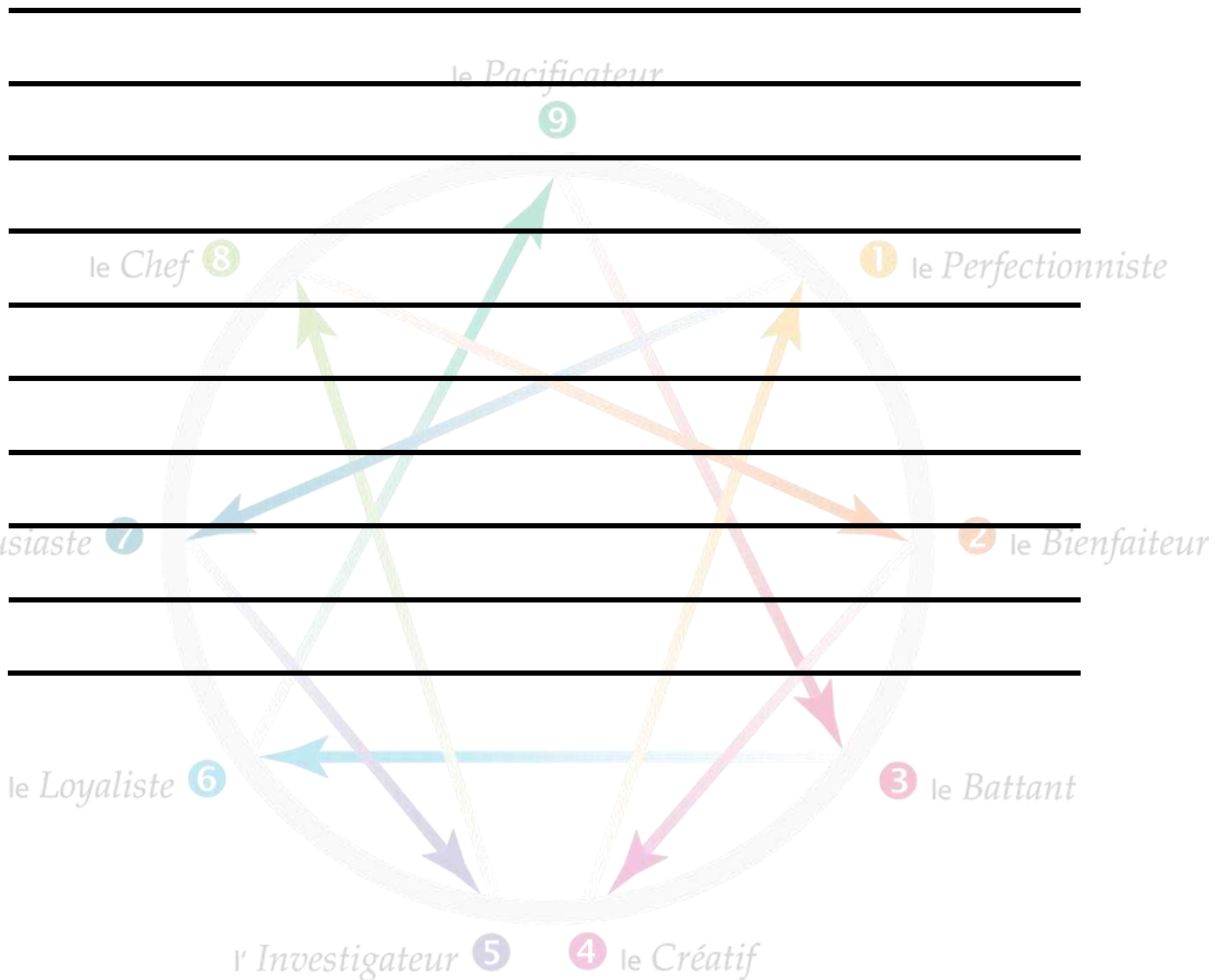
8 le Chef

9 le Pacificateur

## #2. Ensuite, inversez cette tendance en positif

Si ces croyances ou ces visions du monde sont négatives ou limitantes, si elles vous « brident » d'une manière ou d'une autre, quelles seraient à l'inverse les croyances positives qui vous pousseraient vers le haut ? Par quoi aimeriez-vous remplacer ces croyances limitantes ?

Ce sont vos croyances ressources : Faites-en la liste ci-dessous



### #3. Enfin, complétez le tableau des avantages et des inconvénients

Pour chacune d'entre elles, il y a du pour et du contre. Parfois cela peut sembler évident, mais c'est loin d'être toujours le cas. Pour clarifier tout cela, complétez le tableau ci-dessous en indiquant les avantages et les inconvénients des croyances positives et des croyances négatives.

#### Que constatez-vous ? Qu'en déduisez-vous ?

*le Pacificateur*

<b>Indiquez ici votre/vos croyances</b>			
<b>Si je change</b>		<b>Si je ne change pas</b>	
<b>Avantage(s)</b>	<b>Inconvénient(s)</b>	Avantage(s)	Inconvénient(s)

**Partagez vos découvertes lors de la conférence en ligne !**

*Investigateur* 5      4 *le Créatif*