

## RECHERCHE DES CROYANCES ET DES RESSOURCES

Identifier ses peurs (peur de demander, peur d'échouer, peur de dire "non", peur de manquer de quelque chose, etc...) et décrire dans le détail tout ce qui pourrait arriver jusqu'à l'extrémité la plus catastrophique. Passer en revue les croyances qui s'attachent à cette peur.

Peur No 1 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 2 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 3 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 4 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 5 :	CROYANCES - - - - -

Peur No 6 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 7 :	CROYANCES - - - - -
Peur No 8 :	CROYANCES - - - - -
PEUR No 9 :	CROYANCES - - - - -
PEUR No 10 :	CROYANCES - - - - -