

Affirmez
votre
valeur !

Affirmez votre valeur !

Choisissez une situation où vous avez peur ou bien dans laquelle vous avez du mal à affirmer votre valeur :

- Annoncer vos tarifs
- Négocier avec un vendeur
- Demander à un nouveau client de vous payer quand il décide de travailler avec vous
- Demander à un client d'être à jour avec ses versements
- Négocier avec un client qui veut arrêter un programme
- Quand un client continue à en demander plus que ce qui avait été initialement prévu
- Demander un acompte non-remboursable à un client
- Dire "non" quand on vous demande une remise
- Dire "non" quand un client demande de prolonger la durée initialement prévue du programme
- Quand un client met en doute vos tarifs ou la valeur de vos services
- Demander un prêt
- Lorsqu'on vous demande un prêt
- Discuter des dépenses avec votre partenaire/conjoint
- Parler d'argent avec votre famille
- Dire à vos amis ou à votre famille que vous achetez quelque chose comme une nouvelle voiture ou une maison
- Dire à votre partenaire que vous voulez investir dans votre business
- Discuter d'objectifs financiers et de rêves avec votre partenaire/conjoint
- Parler de dettes avec les créanciers
- Parler de dettes avec votre partenaire/conjoint
- Demander une augmentation ou augmenter vos tarifs
- Discuter avec votre partenaire ou votre famille de pourquoi vous créez une dette pour investir dans votre business
- Autre : _____

Dans la situation que vous avez choisie, de quoi avez-vous secrètement peur ?

- Être rejetée
- Ne pas être approuvée
- Perdre l'amour
- Ne pas être aimée
- Être jugée
- Ne rien avoir

Qu'est-ce que cela changerait si avoir peur de cela n'était plus important pour toi ?

En tant que personne qui a pour moteur interne _____ ,
qu'est-ce qui est important pour vous dans cette situation ?

En tant que personne qui est _____ , _____ et _____ ,
quel message cherchez-vous à faire passer dans cette situation ?

En tant que personne qui croit que _____ ,
quelle action pouvez-vous mettre en place ?

Maintenant que vous avez affirmé votre valeur, offrez-vous un temps de GRATITUDE : de quelle
manière avez-vous renforcé votre pouvoir ?