

🔍 PUISSANTE ✕

- > Libre
- > Confiante ✨
- > Épanouie
- > Accomplie
- > Vivante
- > Rayonnante

Cela fait 5 ans que j'accompagne les Femmes à déployer leur confiance et j'ai remarqué plusieurs causes à l'origine d'un manque de confiance en soi.

👉 Les voici :

Elles n'ont pas clarifié leur direction et connecté à / ressenti ce qu'elles désirent vraiment. Alors le doute prend le dessus.

Elles sont impactées par des injonctions et le poids du regard des autres. Cela les éloigne de leur authenticité, les empêche de s'entendre vraiment et de se sentir libre et assumée.

Elles ne connaissent pas ou ne voient pas suffisamment leurs forces et leurs talents uniques. Et elles ne sont pas dans un état d'esprit de croissance (*il y a une différence entre : se sentir incompétente et reconnaître des opportunités d'amélioration*).

Elles sont prises dans des mécanismes intérieurs bloquants comme des croyances limitantes ("*ce n'est pas possible pour moi*" ; "*ça ne va pas aller en s'améliorant*", etc.), des peurs (*de se tromper, d'échouer, de ne pas être à la hauteur, d'être jugée, ...*) ou d'autres émotions et obstacles intérieurs.

Elles ne comprennent pas comment elles fonctionnent aux différents niveaux de leur être (mental, émotionnel, physique notamment).

Elles n'ont pas développé des stratégies efficaces pour générer et nourrir leur confiance. Elles sont prises dans de la comparaison négative, de la dévalorisation ou encore des échecs du passé ressassés, le scénario du pire, des manquements... Il y a d'autres voies plus soutenantes qui ont besoin d'être développées.

Elles n'ont pas la bonne méthode pour passer à l'action et nourrir leur motivation, ce qui fait qu'elles se découragent ou procrastinent.

Les questions qu'elles ont l'habitude de se poser ne sont pas constructives, mais ramènent encore plus de doute.

👉 Si ce que tu viens de lire résonne, c'est qu'il est peut-être temps de te retrouver et de t'écouter, de rallumer ta flamme, de libérer ce qui te bloque, de décider, de développer de nouvelles voix / voies intérieures et de booster ton action pour franchir un nouveau niveau de confiance.

✨ **C'est ce que je te propose avec PUISSANTE pour t'aider à te sentir plus épanouie et rayonnante, et bâtir tes objectifs de vie vibrants.**

PUISSANTE est mon nouvel accompagnement individuel d'un mois dédié à la confiance en soi et comprend :

- **4 séances** individuelles personnalisées.
- **Une ressource sur l'auto-compassion** : un outil puissant pour sortir de l'auto-critique et développer une relation plus bienveillante et aimante envers soi-même.
- **Une méthode pour identifier ta zone de génie** : un outil d'introspection + un test professionnel performant pour mieux connaître tes moteurs, tes atouts et ton fonctionnement.
- **Mon soutien à l'écrit entre les séances.**

👉 **Si PUISSANTE t'appelle et que tu veux en discuter, tu peux m'envoyer directement un mail ici : marjorieds.coach@gmail.com**

NB : Si tu veux profiter de l'été ☀️ pour déployer ta confiance avant de reprendre le rythme de la rentrée, c'est mon dernier appel pour être accompagnée ce prochain mois avec PUISSANTE.

Belle fin de semaine à toutes et à très bientôt avec grand plaisir.

Marjorie ❤️



J'aide les Femmes qui sont bloquées et qui manquent de confiance à bâtir une vie vibrante et épanouissante.

Marjorie Deshayes

Coach Professionnelle Certifiée - Confiance au Féminin

✉️ marjorieds.coach@gmail.com

Tu reçois ce mail après t'être inscrite via un formulaire sur mon site ou parce que tu as été l'une de mes coachées ❤️

[Se désabonner](#)

