

la personne que je ne veux plus être

N O M

.....

les pensées dont
je ne veux plus

> les comportements
dont je ne veux plus

.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>

**Prends la décision ferme de ne plus
être cette personne!**

la personne que je veux être

N O M

.....

les pensées que je
veux avoir

> les comportements
que je veux avoir

.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>
.....	>

Pour qui veux-tu être cette nouvelle
personne? Que vas-tu améliorer dans la
vie de ces personnes?

.....

.....