

## **1 Minute pour Changer !**

Episode 11.

### **Pour réussir, faites comme si !**

**E**t s'il existait une technique simple pour vous aider à réussir ?

« **Pensez solution et faites comme si** » est la formule clé enseignée par **Paul Pyronnet** aujourd'hui.

Que ce soit pour vous préparer à un examen, à un entretien difficile ou toute autre situation qui vous apporte du stress, de la peur ou de l'appréhension, **cette clé PNL** va vous être d'une grande utilité

Si toutefois vous n'arrivez pas à faire telle ou telle chose, **faite comme si vous le pouviez !**

Et si vous ne savez pas comment faire ? Alors..., **faites comme si vous saviez comment**. Intéressant n'est-ce pas ?

**Voici le mode d'emploi :**

Projetez-vous dans la situation à venir et visualisez-vous au meilleur de vous-même. Imaginez que les choses se passent vraiment bien et que vous êtes au top ! **Adoptez la meilleure physiologie possible**. Quel est le ton de votre voix, le son et le débit ? Comment vous adressez-vous à votre interlocuteur ? Observez votre visage, comment êtes-vous habillé ?... **Gardez bien à l'esprit que vous êtes au meilleur de vous-même et que votre façon d'être, d'agir et de vous positionner doit en être le reflet.**

Ensuite, fermez les yeux et revivez cette scène de l'intérieur en mettant un zoom tout particulier sur vos émotions pour bien l'intégrer. Vous devez vous sentir vraiment bien et plein d'énergie comme si vous veniez de remporter la victoire de votre vie !

Observez maintenant la différence entre cet état et celui dans lequel vous étiez auparavant.

Félicitations, vous êtes en train de préparer activement votre succès!

**Si vous apprenez à maintenir l'état physiologique approprié, vous vous sentez en permanence comme si vous étiez capable de faire face à n'importe quelle situation.**

C'est une technique que j'affectionne tout particulièrement, car elle m'a permis d'améliorer de façon considérable mon état d'esprit et de faire face beaucoup plus facilement et avec succès à n'importe quel obstacle ou difficulté qui se présentent sur mon chemin. Elle m'a aussi permis d'apprendre à visualiser pour atteindre plus rapidement mes objectifs. C'est un très bel outil de croissance personnel.

**La clé d'observation PNL du jour est d'agir comme si vous étiez capable de faire face à n'importe quelle situation même des plus difficile en faisant « comme si ». Pour y parvenir, adoptez l'état physiologique du succès.**

Laissez-nous un commentaire pour nous faire part de vos remarques !

A très vite pour la suite en vidéo... 😊

***Karima Rostane***

Rédactrice PNL AUDIO INSTITUT

Editeur : <https://self-training.com/pour-reussir-faites-comme-si/>

