

7 réactions à éviter quand vous doutez de vous-même

Une fois vos objectifs fixés, ne doutez pas !

Par Alain Goetzmann.

Tout vous réussit ! Vous avez choisi le succès et jusqu'à présent, il vous sourit. Mais, à la suite d'une décision aux effets indésirables, vous basculez subitement dans le doute.

Vous venez de créer, de toutes pièces votre pire ennemi : vous-même. Alors, pour éviter de sombrer, réfutez ces 7 réactions :

1. Penser que vos erreurs sont des échecs
2. Donner la même importance au passé qu'à l'avenir
3. Négliger vos acquis
4. Perdre l'estime de soi
5. S'isoler
6. Penser à vos droits
7. Négliger la définition de nouveaux objectifs

La perfection n'est pas de ce monde et les erreurs sont la contrepartie de l'action.

Bien sûr, on s'en passerait volontiers. Mais quand elles surviennent, il faut accepter leurs conséquences et garder un mental solide pour les analyser à froid et rebondir.