

CHALLENGE DCTE

DEVIENS DÉCORATRICE ÉVÉNEMENTIELLE À SUCCÈS GRÂCE À
LA MÉTHODE DCTE

WORKBOOK N°3





ON CONTINUE...

Bravo ! Si tu lis ce message, c'est que tu as fait preuve de persévérance, d'engagement et de sérieux. Beaucoup commencent... peu continuent. Toi, tu as choisi d'aller plus loin. Ce deuxième soir marque une étape importante du CHALLENGE DCTE.

Parce qu'à ce stade, ce qui freine la majorité des projets n'est plus le manque d'idées, ni le manque de compétences.

Ce qui bloque, ce n'est pas la réalité. **C'est l'histoire que tu te racontes.**

Les croyances, les peurs, les doutes, les "je ne suis pas prête", "ce n'est pas le bon moment", "je ne peux pas", "je ne suis pas légitime"...

Ces histoires paraissent réelles. Pourtant, ce sont souvent elles qui empêchent le passage à l'action.

Prends ce moment avec honnêteté et bienveillance envers toi-même.

Ce ne sont pas des exercices à faire vite, ni à faire "bien".

Ce sont des exercices à faire **vrai**.

Ton engagement jusqu'ici montre que tu es capable de plus que tu ne le crois.

Maintenant, la question n'est plus "est-ce que je peux ?"

Mais "qu'est-ce que je décide de croire à partir d'aujourd'hui ?"

On compte sur toi pour faire ces exercices avant le troisième soir.

Parce que c'est souvent à cet endroit précis que tout bascule.

Magalie et Tarik



CE QUI TE BLOQUE N'EST PAS LA RÉALITÉ, C'EST L'HISTOIRE QUE TU TE RACONTE

Objectif de cette série d'exercices

Ce ne sont pas vos compétences, ni le marché, ni l'argent qui vous bloquent.
C'est votre identité actuelle.

À la fin de ce workbook n°3, tu dois te dire :

"JE NE SUIS PAS BLOQUÉ(E), JE ME LIMITE.



FAUSSES EXCUSES → LOGIQUE

TROUVE TES FAUSSES EXCUSES ET
TRANSFORME LES EN LOGIQUE

Je n'ai pas le temps	J'ai peur d'échouer
Il y a trop de concurrence	J'ai peur de me montrer
Je ne suis pas prête	J'attends d'être rassuré(e)
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

SI CE N'ÉTAIT PAS UNE EXCUSE, CE SERAIT QUOI ?



2 LA CROYANCE LA PLUS DANGEREUSE : “JE DOIS ÊTRE PRÊTE”

Personne ne se sent prête.
Les personnes qui réussissent avancent **pendant qu’elles doutent.**

Réponds honnêtement :

Qu’est-ce que tu attends exactement pour te lancer ?

Qui t’a fait croire qu’un jour tu te sentirais “prête” ?

Et si ce jour n’existait pas ?

Écris, ré-écris et ré-ré-écris la phrase suivante :

**JE N’AI PAS BESOIN D’ÊTRE PRÊTE.
J’AI BESOIN DE COMMENCER.**





CHANGER D'IDENTITÉ LE VRAI DÉCLIC

Aujourd'hui, je me vois comme :

Dans 12 mois, je veux être :

Réponds honnêtement :

Quelles décisions cette version future prendrait ?

Quelles décisions la version actuelle évite ?

Écris, ré-écris et ré-ré-écris la phrase suivante :

**JE NE PEUX PAS OBTENIR UNE VIE DIFFÉRENTE EN GARDANT
LA MÊME IDENTITÉ.**



4

JE ME LANCE

Voici maintenant, une action simple à faire mais **engageante** :

→ Publie une story

→ dire à quelqu'un "**Je me lance**"

→ écrire noir sur blanc "**Je crée mon agence de décoration événementielle**"

Le cerveau adore les actes symboliques, c'est ce qui crée le **point de non-retour** et te pousse à enfin passer à l'action.

