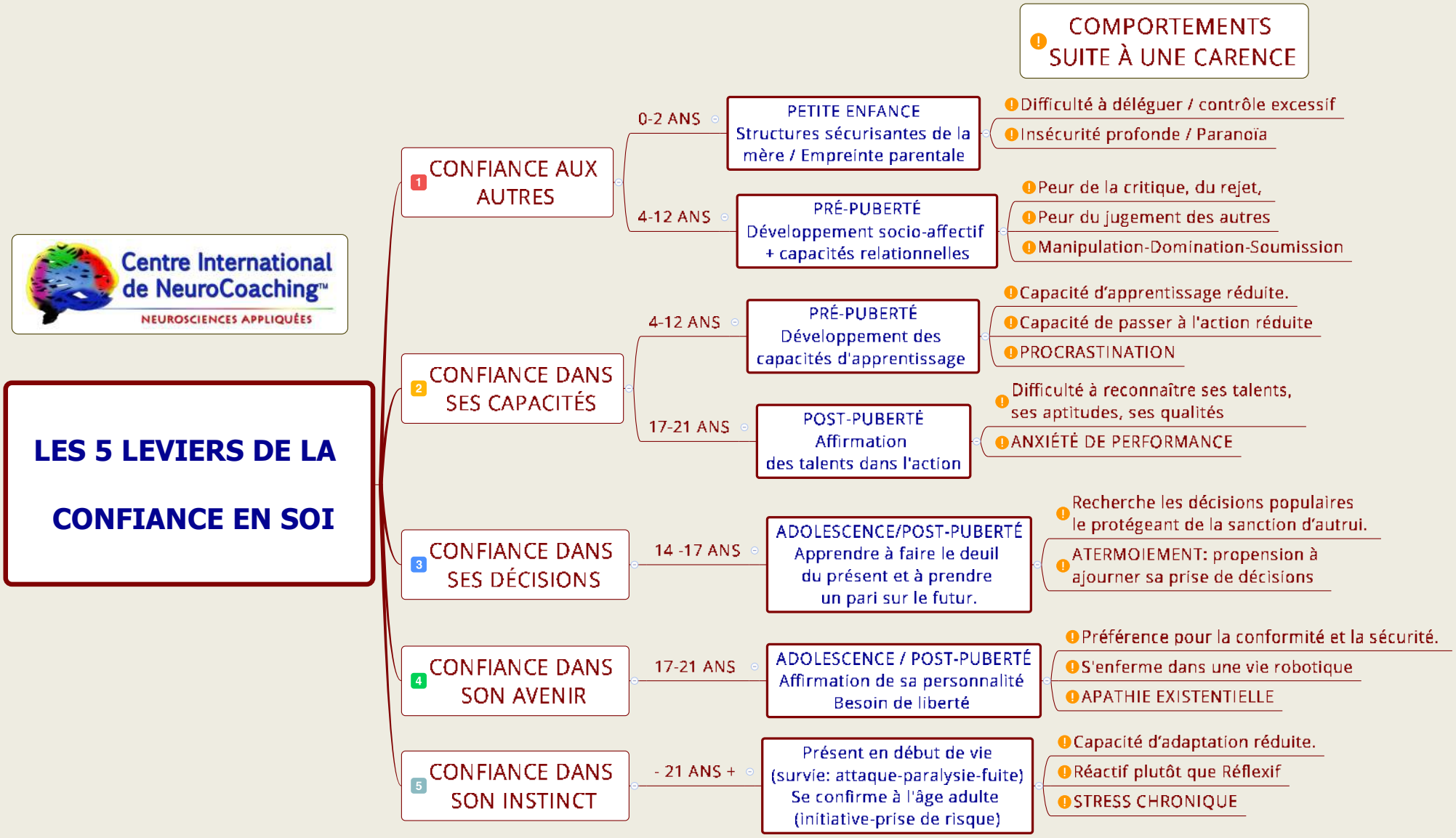
Centre International de NeuroCoaching™
NEUROSCIENCES APPLIQUÉES
LES 5 LEVIERS DE LA CONFIANCE EN SOI
COMPORTEMENTS SUITE À UNE CARENCE
1 CONFIANCE AUX AUTRES
0-2 ANS
PETITE ENFANCE
Structures sécurisantes de la mère / Empreinte parentale
Difficulté à déléguer / contrôle excessif
Insécurité profonde / Paranoïa
4-12 ANS
PRÉ-PUBERTÉ
Développement socio-affectif + capacités relationnelles
Peur de la critique, du rejet,
Peur du jugement des autres
Manipulation-Domination-Soumission
2 CONFIANCE DANS SES CAPACITÉS
4-12 ANS
PRÉ-PUBERTÉ
Développement des capacités d'apprentissage
Capacité d'apprentissage réduite.
Capacité de passer à l'action réduite
PROCRASTINATION
17-21 ANS
POST-PUBERTÉ
Affirmation des talents dans l'action
Difficulté à reconnaître ses talents, ses aptitudes, ses qualités
ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE
3 CONFIANCE DANS SES DÉCISIONS
14 -17 ANS
ADOLESCENCE/POST-PUBERTÉ
Apprendre à faire le deuil du présent et à prendre un pari sur le futur.
Recherche les décisions populaires le protégeant de la sanction d'autrui.
ATERMOIEMENT: propension à ajourner sa prise de décisions
4 CONFIANCE DANS SON AVENIR
17-21 ANS
ADOLESCENCE / POST-PUBERTÉ
Affirmation de sa personnalité
Besoin de liberté
Préférence pour la conformité et la sécurité.
S'enferme dans une vie robotique
APATHIE EXISTENTIELLE
5 CONFIANCE DANS SON INSTINCT
- 21 ANS +
Présent en début de vie (survie: attaque-paralysie-fuite)
Se confirme à l'âge adulte (initiative-prise de risque)
Capacité d'adaptation réduite.
Réactif plutôt que Réflexif
STRESS CHRONIQUE