




1





1. *se solder par* un échec 

2. abandonner ses rêves 


3. changer de vieilles habitudes 


4. essayer quelque chose de nouveau 


5. tergiverser 


6. surmonter la paresse 


7. tenter de **mettre en place** 


8. à la suite de 


9. un principe d'auto amélioration 


10. effectuer une tâche 

11. au premier coup d'oeil 

12. vainqueur m 

13. Manque de confiance (en soi) 

14. **atteindre** ce que nous avons prévu 

15. se décourager 



1. On pense à plein de choses qu'il faut mettre en place pour surmonter ce nouveau challenge mais malheureusement parfois cela **se solde par un échec**.



2. Pourquoi est-ce que l'on **abandonne** si facilement **certains de nos rêves**?



3. Il est difficile de **changer de vieilles habitudes**.



4. il est difficile de changer de vieilles habitudes et **d'essayer quelque chose de nouveau** car on se fatigue très rapidement.



5. Comment arrêter de **tergiverser** ?



6. une excellente solution pour **surmonter la paresse**



7. C'est quelque chose que n'importe qui peut **tenter de mettre** en place dans n'importe quelle sphère de sa vie.



8. Cette habitude devrait se produire **à la suite d'**une réflexion et de votre propre expérience de vie.



9. Il s'agit en fait **d'un principe d'auto amélioration.**



10. même la personne la plus paresseuse peut **effectuer une tâche** donnée pour une si courte durée



11. Au premier coup d'oeil cette pratique peut sembler douteuses.



12. Le principe d'une minute vous permet de voir les progrès que vous faites et de vous mettre dans une position de vainqueur.



13. Il est important de surmonter ce manque de confiance.



14. Nous n'arrivons pas à atteindre ce que nous avons prévu.



15. Nous nous décourageons face à l'étendue des tâches à accomplir.

