

TESTEZ VOTRE APTITUDE AU SUCCÈS !

Le succès est une aptitude que nous pouvons tous développer.

Par le biais de ce test, évaluez votre propre aptitude au succès. Vos croyances peuvent soit vous aider ou vous nuire vers l'atteinte de votre succès.

Répondez par **oui** ou **non** aux 50 questions suivantes :

- 1) J'ai l'habitude de me fixer des objectifs (buts).
- 2) J'ai développé une stratégie propre à moi pour atteindre mes buts.
- 3) La plupart du temps, j'obtiens ce que je veux lorsque je me fixe un objectif.
- 4) J'ai le réflexe de morceler mes objectifs en différentes étapes, de manière à optimiser mes chances de les atteindre.
- 5) Je crois que l'éducation que j'ai reçue m'aide à atteindre le succès.
- 6) Je suis clairement capable d'identifier mes forces et mes points à améliorer.
- 7) Je pense que je suis entièrement responsable de ce qui m'arrive.
- 8) J'ai déjà identifié les gens autour de moi qui peuvent m'aider à atteindre le succès.
- 9) J'ai un ou des mentors pour m'aider dans mon évolution au niveau personnel ou professionnel.
- 10) Je sais à qui je peux parler de mes buts en étant certain qu'ils tenteront de m'encourager plutôt que de me démotiver.
- 11) Je crois que mon passé n'influence pas ma propension à atteindre le succès.
- 12) Mes parents m'ont appris à développer une attitude positive.
- 13) Mes parents avaient une attitude positive.
- 14) J'ai appris à gérer mes émotions.
- 15) Je sais pertinemment quelles sont mes priorités dans ma vie.
- 16) J'ai l'habitude de voir ce que je fais de bien plutôt que de mettre mon focus sur mes faiblesses.
- 17) J'ai confiance en moi et en mes capacités.
- 18) J'ai appris à ne pas être trop dur avec moi-même.

Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com

- 19) Je sais pertinemment que les gens qui ont du succès ne sont pas nécessairement plus chanceux que les autres.
- 20) Je cherche constamment à améliorer mes réalisations.
- 21) Je crois que le succès n'est pas génétique.
- 22) J'ai de la facilité à faire de la visualisation.
- 23) Je me considère comme une personne déterminée.
- 24) Je suis capable de nommer 50 succès que j'ai eus au cours de ma vie, (même les plus petits succès qui ont couronné mon existence).
- 25) Je suis conscient que ce qui m'arrive est dû à mes actions ou à mes inactions.
- 26) Mon passé a peu d'influence sur mon succès actuel.
- 27) J'ai toujours su que j'étais destiné à avoir du succès.
- 28) J'ai la croyance que peu importe ce qui m'arrive, je pourrai toujours m'en sortir et trouver une solution.
- 29) Je considère que le fait de prendre soin de ma santé est un élément important pour moi.
- 30) J'ai l'habitude de m'intéresser à des lectures qui portent sur le succès et sur la croissance personnelle.
- 31) J'ai plusieurs trucs pour m'aider à relaxer et pour m'aider à me changer les idées.
- 32) J'ai l'habitude de tenter de dédramatiser ce qui m'arrive au quotidien.
- 33) J'utilise souvent le type de phrase suivant : Ce n'est pas si grave que cela! Ça aurait pu être pire! Ce n'est pas la fin du monde!, etc.
- 34) Je crois que les gens qui ont du succès ont avant tout une bonne attitude.
- 35) J'ai pris l'habitude d'être reconnaissant envers la vie. J'apprécie ce que j'ai.
- 36) J'ai de la facilité à vivre le moment présent.
- 37) J'essaie de mettre le plus de plaisir possible dans ma vie et ce, à tous les jours.
- 38) Je crois énormément en moi.
- 39) Je tente d'éviter les gens négatifs autour de moi.

Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com

- 40) Je serais capable de décider de ne plus fréquenter quelqu'un de mon entourage qui ne m'apporte que du négatif (incluant les membres proches de ma famille).
- 41) Je suis capable de rire de moi-même.
- 42) Je suis heureux(se) dans ma vie de couple. / Je suis satisfait(e) d'être célibataire.
- 43) Je suis conscient que le fait de blâmer les autres pour ce qui m'arrive n'est pas utile ou avantageux.
- 44) Je déjà pris l'initiative d'arrêter de blâmer les autres pour ce qui m'arrive.
- 45) Je suis pleinement heureux(se) au niveau professionnel.
- 46) Je côtoie des gens qui ont du succès.
- 47) Je suis clairement capable de donner ma propre définition du mot succès.
- 48) J'ai de la facilité à m'auto-motiver lorsque je dois faire une tâche (même si elle est un peu ennuyante).
- 49) J'ai la croyance que je suis né sous une bonne étoile.
- 50) Je crois que chacun fait sa propre chance.

Faites maintenant le décompte des énoncés où vous avez répondu oui. Pour chaque réponse où vous avez répondu par oui, comptez un point.

Pour chaque non, vous n'obtenez aucun point.

Résultats :

45 et +

Vous êtes définitivement une personne qui entretient les bonnes croyances pour avoir du succès. Votre façon d'entrevoir la vie vous a sûrement toujours valu d'obtenir du succès dans vos réalisations. Pour continuer à entretenir votre succès, regardez les énoncés où vous avez répondu NON, et posez-vous la question : Que pourrais-je faire pour répondre OUI à l'avenir à cette question ? La seule question où aucun changement n'est possible est la question relative à vos parents (question 13). On ne peut pas changer nos parents, mais on peut changer notre façon de percevoir l'éducation qu'on a reçue de leur part.

35 à 44

Vous avez plusieurs croyances très positives qui vous aident dans votre poursuite du succès. Vous avez cependant davantage à développer d'autres croyances par rapport au succès. Je vous invite à regarder les énoncés où vous avez répondu NON et à vous poser la question : Que pourrais-je faire pour répondre OUI à l'avenir à cette question? La seule question où aucun changement n'est possible est la question relative à vos parents (question 13). On ne peut pas changer nos parents, mais on peut changer notre façon de percevoir l'éducation qu'on a reçue de leur part.

34 et -

Certaines de vos croyances peuvent vous nuire vers l'atteinte du succès que vous souhaitez. Toutefois, soyez conscient que vous pouvez décider aujourd'hui de changer ces croyances pour vous aider dans votre quête de succès.

Je vous invite à regarder les énoncés où vous avez répondu NON et à vous poser la question : Que pourrais-je faire pour répondre OUI à l'avenir à cette question? La seule question où aucun changement n'est possible est la question relative à vos parents (question 13). On ne peut pas changer nos parents, mais on peut changer notre façon de percevoir l'éducation qu'on a reçue de leur part.

Indépendamment du groupe auquel vous appartenez, je vous invite à prendre votre succès en main. Visitez notre site : www.clubdusucces.com et si le cœur vous en dit, venez nous rencontrer lors d'une de nos rencontres mensuelles. Vous y rencontrerez des gens qui, comme vous, ont à cœur d'avoir plus de succès dans leur vie personnelle et professionnelle.

Suggestion de lecture :

Stéphanie Milot
www.stephaniemilot.com



**Ces gens qui ont
du SUCCÈS...**

Ont-ils vraiment plus de CHANCE que les autres ?

Chroniques pour réfléchir au succès !

Bonne !

Stéphanie Milot, B.Sc. Psyt., Conférencière et Psychothérapeute

Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com

Formation publique :

Attirer le succès... Oui, mais comment ?

Visitez le www.ClubDuSucces.com pour connaître les prochaines dates.



Mardi, 19h à 22h

39,00\$ + taxes



Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com