



Vous avez tendance à vous mépriser ?

*Boostez votre self estime
en suivant ces quelques conseils infailibles.*

Soyez positif !
Regardez vos qualités plutôt que vos défauts.

Tenez-vous prêt pour l'aventure, invitez les changements.

Sortez de vous-même.
Ne faites pas de vous-même le centre du monde.

Apprenez de vos erreurs passées,
mais allez de l'avant.

Ne vivez pas votre vie en fonction de ce que les autres attendent de vous.

Évitez de vous comparer aux autres.

Reposez-vous dans l'amour de Dieu :
vous êtes unique à Ses yeux
et Il vous aime comme vous êtes !

Efforcez-vous toujours
d'être une excellente version de vous-même,
plutôt qu'une médiocre version de quelqu'un d'autre.
— *Judy Garland*