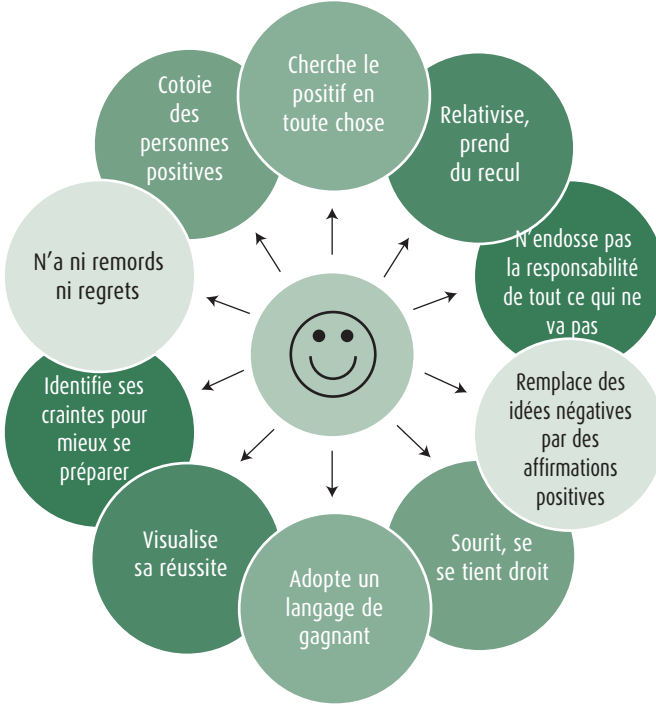
Cherche le positif en toute chose
Relativise, prend du recul
N'endosse pas la responsabilité de tout ce qui ne va pas
Remplace des idées négatives par des affirmations positives
Sourit, se se tient droit
Adopte un langage de gagnant
Visualise sa réussite
Identifie ses craintes pour mieux se préparer
N'a ni remords ni regrets
Cotoie des personnes positives