

## Défi 53 : CONSOMMER LIBREMENT

« Trop de gens dépensent de l'argent qu'ils n'ont pas pour acheter des choses dont ils n'ont pas besoin, dans le but d'impressionner des gens qu'ils n'aiment pas. »

Will Rogers

Dans notre société le fait de se comparer a beaucoup d'influence et nous sommes bien plus influencés que nous ne l'imaginons.

Lister les achats que vous avez faits en pensant au fait que vos amis/voisins/collègues les avaient avant vous. Il s'agit d'identifier les moteurs de votre consommation. Dans quel état d'esprit, avez-vous fait ces achats ? Etiez-vous bien dans vos baskets, euphorique ou vous ennuyiez vous ? Etes-vous pleinement satisfaits d'eux ?

Si vous n'aviez pas acheté les mêmes choses que les autres, comment vous seriez vous sentis et pourquoi ?

Parvenez-vous à assumer pleinement votre différence vis-à-vis des autres ? Si non Pourquoi ? quelle crainte se cache ici ?

Si ce défi ne résonne pas avec votre façon de faire, posez-vous ces questions : Avez-vous fait des achats différents de ceux de votre entourage pour vous démarquer ? Pour prouver votre différence ? pour ne pas faire comme les autres ? Peut-être que ces achats auraient pu vous faire plaisir mais vous ne les avez pas faits pour ne pas être comme tout le monde. Quelles sont les raisons ? Que ressentez-vous alors ?

Observez votre influence à acheter un produit plutôt qu'un autre aujourd'hui et notez en soirée ce que vous avez appris sur votre façon de consommer.