

## Comment vaincre sa timidité ? - 1/1

Cet article peut vous aider à vaincre votre timidité mais pour ça faut que vous y mettiez du vôtre...

### Situation 1 :

Tu as déjà croisé son regard et à chaque fois c'est la même chose : tu rougis tes jambes sont molles et menacent de te faire tomber...

#### Solution :

Mais arrête de flipper ! S'il te sourit, c'est dans la poche !

Et puis faut bien te dire que s'il te voit rougir il en sera plus que content au moins sa lui montre qu'il a de l'effet sur toi !!!!

### Situation 2 :

Enfin depuis le temps que tu l'attendais, il fait le premier pas et t'invite à sortir... Il veut un "oui" mais toi comme une cruche tu ne sais que balbutier...

#### Solution :

Fais de l'humour... Tu n'as qu'à éclater de rire histoire de détendre l'atmosphère et n'as qu'à lui dire que tu attendais ce moment depuis longtemps !!!!

### Situation 3 :

Pendant le cours le prof t'interroge et tu ne sais pas quoi répondre et fais un blocage... Enfin bon c'est la panique à bord !!!

#### Solution :

Imagine ton prof en pyjama à pois rose et rayures vertes (mais évite de rigoler) déjà là ça ira mieux et puis la réponse mafoie laisse tomber...

### Situation 4 :

Tu veux rompre avec ton mec mais par peur de blesser tu n'oses pas...

#### Solution :

Soit franche et ne soit pas lâche ! Explique tout clairement il faut être honnête avec toi-même et avec ton copain !!

### Un conseil :

Quand tu viens de te prendre la honte note le motif pour lequel tu viens de rougir et tu verras qu'en le relisant (le motif) tu te demanderas pourquoi tu as rougi !!! Et en plus cela t'aidera à moins être timide !!!

### Quelques chiffres :

20% des français se sentent handicapés par leur timidité !