



## Sommaire

Avant-propos .....	3
Chapitre 1. Bien réfléchir à ses motivations .....	11
Chapitre 2. La volonté de réussir .....	19
Chapitre 3. Les concurrents, les proches : comment gérer son environnement humain .....	25
Chapitre 4. Choisir une méthode de travail .....	35
Chapitre 5. Travail et repos .....	43
Chapitre 6. Respecter les étapes de la préparation du concours .....	49
Chapitre 7. Confiance en soi, doute et gestion du stress .....	53
Chapitre 8. Se mettre à la place du correcteur .....	59
Chapitre 9. Le jour J : épreuves écrites .....	67
Chapitre 10. Le jour J : épreuves orales .....	73
Chapitre 11. Comment réagir en cas d'échec .....	83
Chapitre 12. La réussite .....	91
Conclusion .....	95