

UN ÉTAT D'ESPRIT DURABLE



Objectif

- Construire un état d'esprit de croissance.



Réflexion

Ce ne sont pas les événements ou les circonstances qui sont responsables de nos réussites ou échecs. C'est la manière dont nous abordons ces défis de la vie. Nos talents et notre potentiel se développent un peu plus chaque jour grâce à la répétition, à l'apprentissage, à nos efforts quotidiens pour nous améliorer. Cet état d'esprit de croissance nous permet ainsi de croire en nous, de voir les défis de la vie comme des occasions d'apprendre, cela nous permet d'accueillir la critique ou encore d'être inspiré par la réussite d'autres personnes.

Tel un arbre chargé de fruits, qui a su grandir un peu plus chaque jour pour réussir à devenir incontournable.



À vous de jouer !

État d'esprit fixe	État d'esprit de croissance
Je suis nul	Je peux m'améliorer. J'ai besoin de m'entraîner encore pour réussir. Je crois en moi
J'abandonne	Comment puis-je faire différemment ?
C'est trop dur	C'est difficile et je vais persévérer pour y arriver.
Je ne peux pas faire mieux que ça.	Je peux toujours m'améliorer.
Je n'y arriverai jamais.	C'est en essayant encore et encore que la compétence s'acquière. Mes efforts et mon attitude font toute la différence.
Je n'aime pas les défis	Les défis me permettent d'apprendre de nouvelles choses et de me perfectionner.
Il réussit mieux que moi. Il est meilleur.	Comment réussit-il ? Comment puis-je m'en inspirer ?
Cet obstacle est insurmontable	Quel est mon objectif, comment puis découper cet objectif en plusieurs pas réalisables ?

