

# LE BON CÔTÉ DES CHOSES!

Lorsque tu essaies un nouveau sport ou une nouvelle activité, comment réagis-tu ?



Si tu aimes relever de nouveaux défis et que tu dis «oui» à l'aventure, c'est que tu es dans un **état d'esprit de CROISSANCE**.

Si tu es plutôt du genre à douter de toi et à baisser les bras devant les difficultés, tu es peut-être dans un **état d'esprit FIXE**.

Avoir un état d'esprit de croissance, ça te permet de croire en toi et d'augmenter tes chances de réussite. C'est génial, n'est-ce pas? Heureusement, voir le bon côté des choses, ça s'apprend! Pour t'exercer, découpe les phrases de la page suivante et associe chaque **pensée fixe** à la **pensée de croissance** qui pourrait la remplacer.



Contenu tiré du livre **Vive les erreurs!**, publié aux Éditions Midi trente.

# LE BON CÔTÉ DES CHOSES!

## PENSÉES FIXES

## PENSÉES DE CROISSANCE

✂

Je ne réussirai jamais!

✂

Je persévère!

Je ne suis pas capable.

C'est difficile, mais je vais y arriver!

J'abandonne!

Je suis capable!

Je n'ai aucun talent pour ce sport.

Je n'ai jamais pratiqué ce sport, mais j'essaie de nouvelles choses!

C'est trop difficile.

C'est en faisant des erreurs que l'on devient meilleur!

Je vais faire une erreur!

Avec de l'entraînement, je vais réussir!

Maintenant, à toi de transformer tes propres pensées fixes en pensées de croissance!  
Tu verras, ça t'aidera à multiplier tes réussites!

Contenu tiré du livre **Vive les erreurs!**, publié aux Éditions Midi trente.