

De moi à mon enfant/ado :

« Je crois en toi. »

L'apprentissage passe par des essais et des erreurs.

- Ne t'identifie pas à tes échecs - « ~~je suis nul(le)~~ » - une action (j'ai raté) n'est pas une identité.
- Les échecs sont utiles : ils te permettent de « faire autrement », de t'améliorer, d'apprendre et de savoir quelle partie du chemin tu as déjà faite.
- Qu'as-tu raté aujourd'hui ? Qu'est-ce que tu en as appris ? Comment vas-tu faire la prochaine fois ?
- Tu n'es pas en train d'échouer, tu es en train d'apprendre.
- Ton travail est d'apprendre à partir de tes erreurs, et même des critiques que l'on t'adresse.
- L'échec est douloureux mais ne te définit pas. C'est un problème auquel tu peux trouver une solution.

Le temps est important.

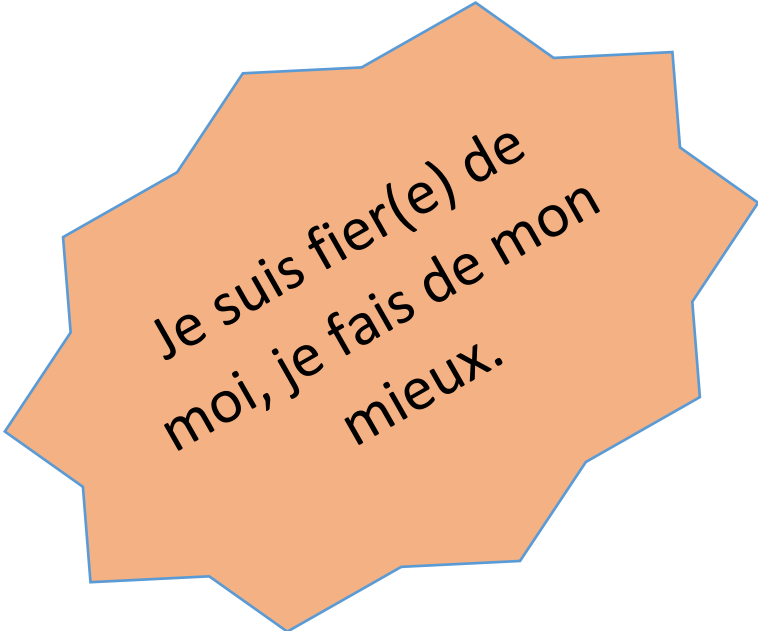
- L'apprentissage prend du temps... souviens-toi quand tu as appris à rouler en vélo. Sois patient !!!
- N'oublie pas d'être fier(e) de toi lors de chaque séance de travail... ça t'aidera à prendre du plaisir à travailler.
- Quelles compétences n'avais-tu pas le trimestre dernier ? Quelle routine de travail as-tu utilisée ?
- Tu n'as besoin d'être un expert tout de suite .

La comparaison est toujours par rapport à soi-même.

- ❖ Donne-toi à fond et sois fier(e) de toi. L'important est de t'accrocher.
- ❖ Si tu sais que tu as donné le meilleur de toi-même, tu as tout gagné.
- ❖ Ne t'inquiète pas de perdre si tu as progressé et si tu t'es donné à fond.
- ❖ Tu n'es pas défini ni par tes réussites ni par tes échecs, tu peux avancer. Tu as tout ce qu'il faut en toi.

Les efforts développent les talents et les compétences.

- ✓ tes efforts, tu dois en être fier(e).
- ✓ l'effort te rend doué et compétent dans le domaine étudié.
- ✓ Apprendre peut être difficile et amusant à la fois : si tu te vois avancer, tu en ressens de la joie.
- ✓ L'échec n'est pas un manque d'intelligence mais un manque d'expérience qui peut être surmonté avec du travail, de la motivation, des encouragements, de l'aide et une bonne méthode.
- ✓ Garde en tête ton objectif. Quelle mesure peux-tu prendre pour t'aider ?
- ✓ Où peux-tu trouver les meilleures informations pour t'aider ?



Je suis fier(e) de
moi, je fais de mon
mieux.