

Abécédaire de l'apprentissage positif

Qu'ai-je **A**ppris
aujourd'hui ?

J'ai au minimum un
plan **B**.

Les **C**hallenges
m'aident à
progresser.

Si je n'y arrive pas,
je vais essayer
une stratégie
Différente.

Je n'y arrive
pas **E**ncore.

J'utilise le **F**eedback
pour m'améliorer.

Génial, je me suis trompé.e
: que puis-je apprendre de
cette erreur ?

Je vais continuer
à m'améliorer
grâce à l'**H**abitude
et à
l'entraînement.

Les essais
Infructueux font
partie du processus
d'apprentissage.

Jusqu'à
maintenant, je
ne sais pas.

Je **L**iste ce qui m'a aidé.e à réussir
cette activité : je fais la part de ce
qui vient de mon travail, de mes
qualités et des ressources
extérieures.

J'ai échoué : j'ai
besoin de trouver
une autre **M**anière
de faire.

Mon **K**if : savoir qu'une action
(j'ai échoué) n'est pas une identité
(je suis nul.le).

La **N**ouveauté
est synonyme
d'opportunité.

C'est **O**k de ne pas
tout savoir.

Je ne **P**erds jamais :
soit je gagne, soit
j'apprends (Mandela).

J'ai le droit de
poser des
Questions.

La **R**éussite des
autres peut
m'inspirer.

Je prends soin de
mon **S**ommeil
pour consolider
l'apprentissage.

J'ai le droit de me **T**romper : c'est en
essayant encore et encore que la
compétence s'acquière.

Mon avis a
de la **V**aleur.

Il y a rarement une seule et
Unique manière de répondre à
une question.

Wahou ! J'ai
continué même
quand c'était dur.

Si **X**YZ ne fonctionne pas,
je vais essayer **A**BC.

Yes ! Je prends du plaisir
dans le simple fait de
progresser.

Z n'est pas la dernière lettre de mes plans : j'ai encore
d'autres ressources en moi pour y arriver.