

9- Ne pas perdre confiance face à un échec

L'échec arrive quand vous n'avez pas atteint un objectif ou quand l'écart entre le résultat espéré et le résultat réel est grand.

L'échec entraîne la déception, la perte de confiance et la démotivation.

Pour éviter cela, il faut voir l'échec comme une tentative, un tremplin pour rebondir.

" Je n'ai pas échoué, j'ai trouvé dix mille moyens qui ne marchent pas. "
Albert Einstein

Pour cela, posez-vous 3 questions:

1) Pourquoi avez-vous échoué ?

Est-ce par manque de ressource ou de compétence ?

Est-ce à cause d'une erreur ?

Analysez pourquoi vous avez «échoué»...

2) Qu'est-ce qu'il y a de positif dans votre échec ?

Une leçon à tirer ?

Une expérience de plus à votre actif ?

Une nouvelle opportunité à saisir en essayant autre chose ?

3) Quelle est la prochaine étape ?

Comment réessayer en corrigeant les erreurs ?

Comment réessayer d'une façon différente ?

Comment atteindre le même objectif par un autre chemin ?

[**Apprenez à gérer les échecs et les périodes de creux avec ces différentes méthodes et exercices...**](#)

Les programmes que je vous recommande pour aller plus loin...

A propos de Johann Yang-Ting...