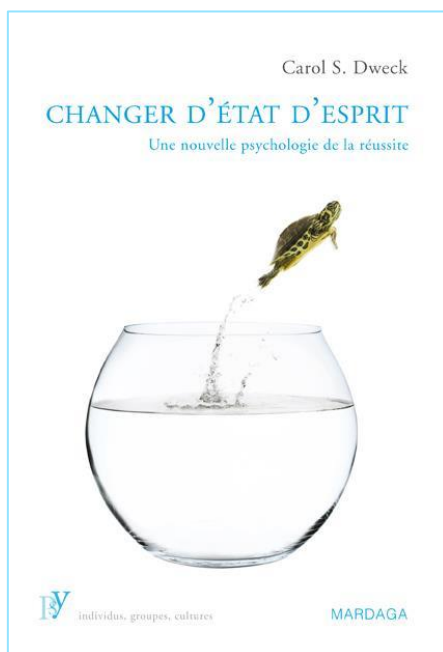


# Changer d'état d'esprit

Croyez-vous que votre intelligence est une donnée innée ? Pensez-vous que votre personnalité est un aspect que vous ne pouvez pas vraiment modifier ? Si vous avez répondu 'oui', vous avez probablement un 'fixed mindset', un état d'esprit fixe. Ou pensez-vous plutôt que vous pouvez améliorer votre niveau d'intelligence ? Vous croyez-vous capable de modifier certains aspects de votre personnalité ? Oui ? Vous avez alors certainement un 'growth mindset', un état d'esprit de développement.

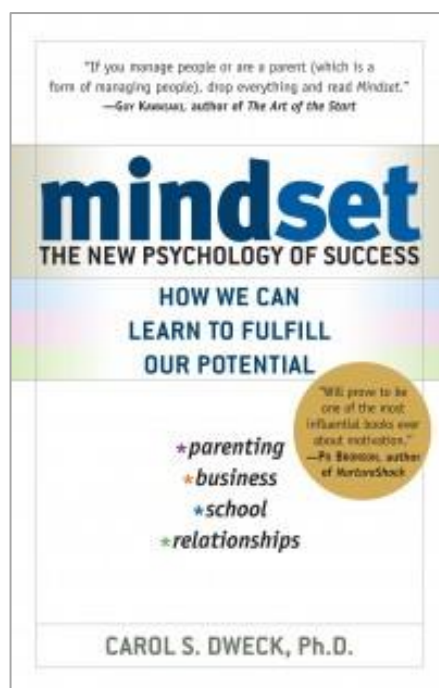
À la base de cette distinction en apparence toute simple, Carol Dweck nous montre que, seuls, les capacités et le talent ne suffisent pas, mais que l'état d'esprit a un impact essentiel sur la réussite de notre vie. Pour Dweck, la manière dont les gens abordent les défis auxquels ils doivent faire face dans la vie dépend du regard qu'ils posent sur le monde. Le plus important pour relever et réussir des défis est de les aborder avec un état d'esprit de développement.

La recherche du professeur Dweck s'est déroulée de la manière suivante. Ses assistants ont proposé à des élèves un test de quotient intellectuel. Le score de chaque élève a été annoncé individuellement. Seulement... à certains d'entre eux on a dit : 'C'est bien, vous devez être intelligent'. A d'autres élèves on a dit : 'Bravo, de toute évidence vous avez bien travaillé' ! Ensuite l'équipe de recherche a annoncé un deuxième test. Tous les élèves pouvaient choisir entre un test du même niveau de difficulté que l'examen initial et un test plus difficile que le test original. Les chercheurs ont ajouté à tous : 'vous avez beaucoup appris en passant le premier examen et par conséquent vous êtes tout à fait capable de réussir le test plus exigeant.'



L'objectif de l'étude ? Examiner s'il y avait un lien entre le type de compliment accordé aux élèves après le premier examen et leur volonté d'aborder le test plus difficile dans un deuxième temps. Ce que l'équipe de Dweck a découvert est épatant. La majorité des élèves qui ont été félicités pour leur intelligence ont choisi de faire le devoir le plus facile. Par contre, 90% des élèves qui ont été complimentés pour leurs efforts ont choisi de s'attaquer au test le plus difficile. Pour les premiers, c'était comme s'ils craignaient un échec, comme s'ils avaient peur de perdre l'étiquette d'intelligence. Pour le second groupe, l'accent mis sur l'effort a été la clé de leur succès. Ils voulaient bien exploiter leur potentiel au maximum. Un 'fixed mindset' semble causer une contrainte, tandis qu'un 'growth mindset' semble montrer et encourager le développement de soi !

Ces deux états d'esprit jouent un rôle important dans tous les aspects de la vie. Les enfants que l'on complimente par des affirmations comme "excellent, tu es très intelligent" sont beaucoup plus susceptibles de développer un état d'esprit fixe. Ils vont hésiter à relever des défis. Les jeunes à qui l'on dit "excellent, tu as fait tout ton possible" vont plutôt développer un état d'esprit de développement. Ils voudront travailler dur malgré des échecs. Dweck affirme que l'état d'esprit de développement permet de vivre une vie moins stressante et plus accomplie !



D'après : <http://life.lfny.org/2013/06/08/our-growth-mindset>

La morale de l'histoire pour les profs ? Il est utile d'encourager les élèves à persister malgré un échec. Il est très utile de les inciter à tirer des conclusions à la base de leurs résultats et à développer leurs techniques d'apprentissage. Et les élèves, qu'est-ce qu'ils peuvent faire ?

Inspirez-vous de l'illustration ci-dessous pour compléter le schéma et créer votre pancarte !  
 Contrôlez bien vos phrases et les expressions utilisées à la base

- des listes de vérification du portfolio,
- de google, avec des combinaisons de mots entre guillemets (PAS 'google vertalen').  
 Ajoutez le mot 'linguee' pour voir les mots en contexte.

Comment développer mon état d'esprit ?	
Au lieu de penser...	J'essaie de me dire...
- .....	- .....
- .....	- .....
- .....	- .....
- ...	- ...

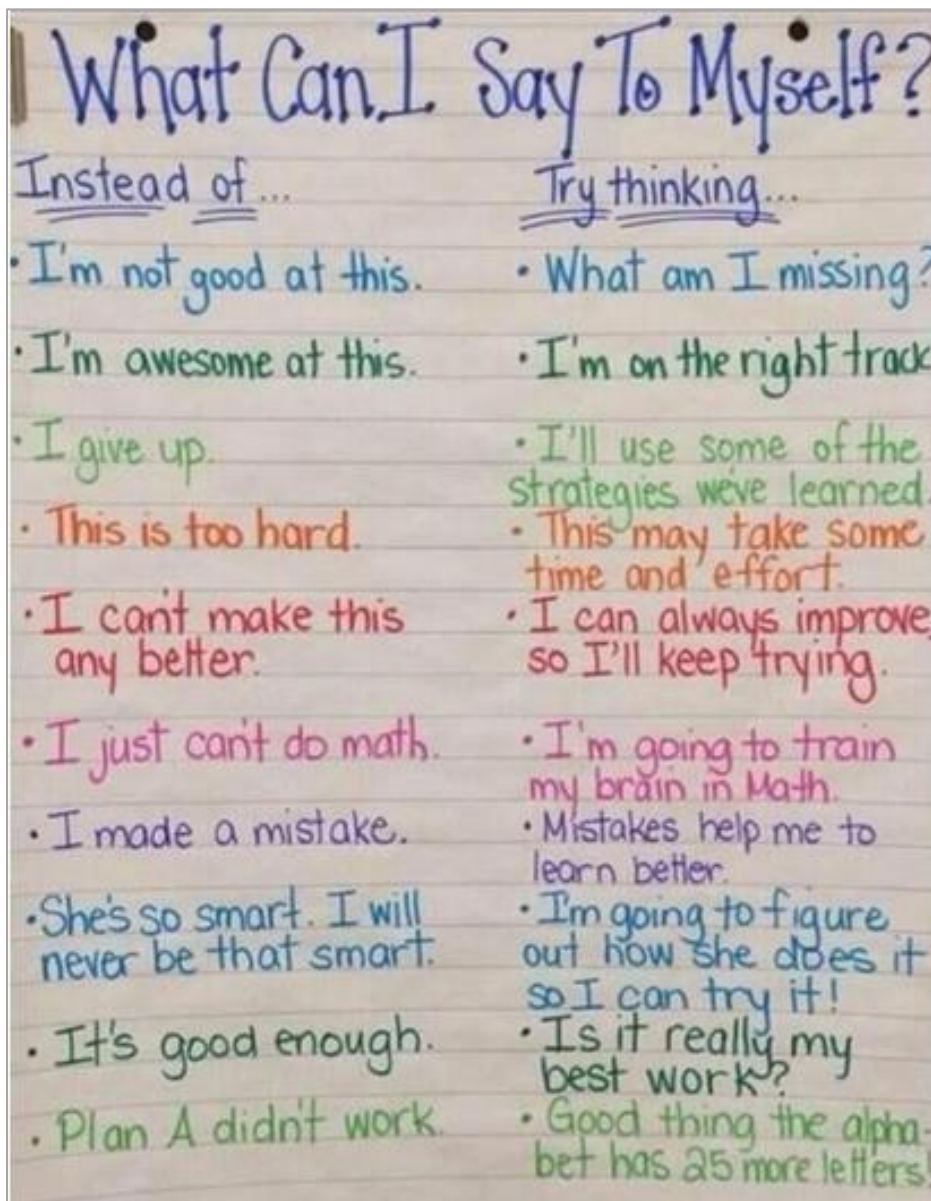


Illustration :  
 Brayden Stone@bstone0

Postez votre vignette ici :  
<https://padlet.com/BensBel/mindset>