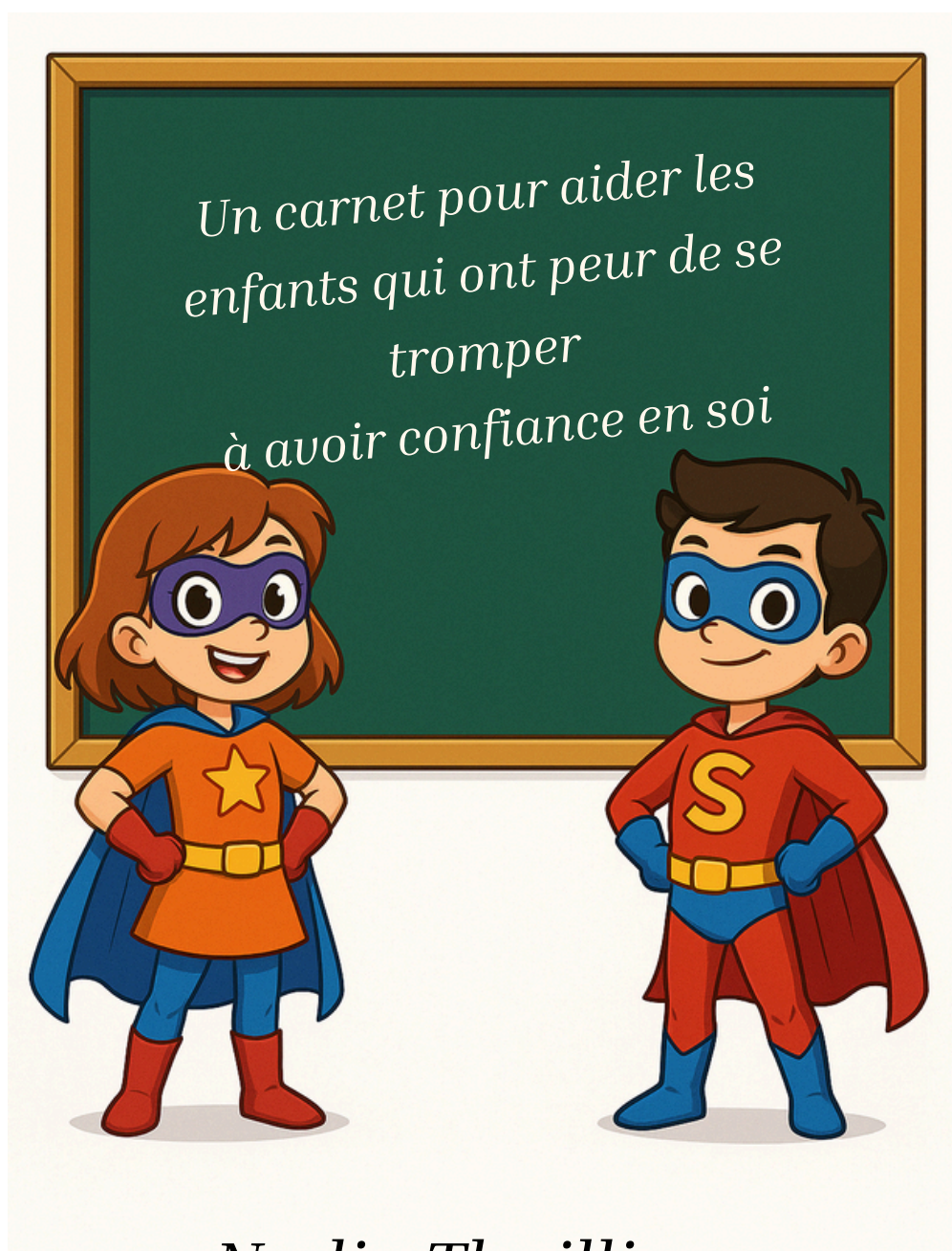


# FAIRE DES ERREURS ? MÊME PAS PEUR !



*Nadia Thuilliers*

## Remerciements

*Un immense merci à Valérie Gauzolino, animatrice philo pour enfants et formatrice à Les Petits Philo, pour sa précieuse aide à la relecture de cet ouvrage et pour son soutien indéfectible, toujours présente comme une lumière bienveillante.*

*Merci à mon fils, qui m'a appris à devenir maman. Par lui, j'ai découvert qu'apprendre, c'est aussi tomber, se relever, reconnaître ses erreurs et grandir ensemble.*

*Merci à ma communauté, qui depuis tant d'années m'offre son inspiration, ses partages généreux et sa fidélité. Chaque échange a nourri ce carnet, comme une graine offerte qui devient fleur.*

*Et enfin, merci aux enfants, compagnons de route et éclaireurs. Leurs mots, leurs regards et leurs retours ont façonné ces pages et les ont rendues plus vivantes, plus vraies.*

© Les Petits Philo, 2025.

Tous droits réservés.

**Ce document est protégé par le droit d'auteur. Toute reproduction, distribution, modification ou diffusion, même partielle, est strictement interdite sans l'autorisation écrite préalable de l'auteur. Ce kit est exclusivement réservé à un usage personnel ou professionnel dans le cadre des interventions pédagogiques.**

# Table des matières

Préambule .....	6
Pourquoi ce cahier ? .....	7
• Si vous êtes parent .....	8
• Si vous êtes enseignant ou animateur.ice philo .....	9
Guide du bon utilisateur .....	10
Pour vous, les enfants .....	13
Il était une fois Socrate .....	14
• Récit et premières réflexions .....	15
• Questions sur le récit .....	19
• Activité au choix : que t'a appris ta dernière erreur ? .....	20
• Je me questionne .....	22
J'identifie mes émotions face à mes erreurs .....	23
C'est quoi réussir pour moi ? .....	27
J'apprends de mes erreurs .....	32
Je transforme mes erreurs en créativité .....	36
Faire de ma petite voix intérieure ma meilleur alliée .....	44
• Je réfléchis sur ma petite voix intérieure .....	45
• Et si je reprogrammait mon cerveau ? .....	46
• Activité : à la rescousse ! .....	47
• 3 phrases pour reprogrammer son cerveau .....	49
Mon cerveau est en construction .....	59
• Le cerveau est plastique .....	60
• Comment fait-on pour créer de nouveaux chemins dans le cerveau ? .....	62

• Activité : je crée de nouveaux chemins .....	63
Quand les autres se trompent, je fais quoi ? .....	64
L'échec, c'est quoi ? .....	70
• Citation et réflexion .....	71
• L'exemple de Thomas Edison .....	72
• L'exemple de Eden, 10 ans .....	75
• J'écris et j'apprends de mes erreurs .....	76
Mes erreurs passées sont les réussites de mon avenir .....	77
J'apprends de mes erreurs jour après jour .....	79
La machine à voyager dans le temps .....	80
La réussite est un labyrinthe .....	81
Le jeu du sans faute ! .....	86
• Le mot à épeler .....	88
• La mémoire en chaîne .....	89
• Le mot à l'envers .....	90
• Le ni oui ni non .....	91
• Débat .....	92
La compétition : faut-il se comparer aux autres ? .....	95
Recette pour progresser .....	99
• Mise en situation .....	100
• Recette à créer .....	108
• Tu en penses quoi ? .....	110
• Et toi, si tu étais cet enfant ? .....	111
Donner du sens à mes erreurs et en faire une fierté .....	114
Je prends conscience de mes forces .....	116

J'apprends à distinguer l'erreur, la bêtise, l'accident et la faute ...	118
• Définition .....	119
• Distinction .....	125
Je répare ou je corrige mes erreurs .....	126
• Mise en situation .....	127
• Qu'en penses-tu ? .....	131
• Je répare mes erreurs .....	132
Je mène l'enquête : est-on coupable de faire des erreurs ? .....	133
Cherche et trouve les problèmes .....	138
Je me lance un défi atteignable : fournir l'effort juste .....	144
Je m'inspire des autres .....	146
• Citations .....	147
• Réflexion .....	148
• Présentation de Marva Collins : décevoir les autres .....	149
• J'écris une lettre .....	150
J'apprends à me protéger .....	151
Se planter pour mieux pousser .....	152
• Se planter pour mieux pousser: ça veut dire quoi ?.....	153
• Activités manuelles .....	154
Je fais rayonner mon potentiel : mes activités bien-être .....	157
• Aujourd'hui, j'ai ressenti .....	158
• Cette semaine, je suis fier de ... .....	159
• J'apprends à accepter mes erreurs, la fiche mensuelle .....	160
• La fiche quotidienne : le journal des fiertés .....	162
Quand j'avance, à quoi je pense ? .....	163
Le mot de la fin .....	165

# Préambule

Avant que vous ne plongiez dans ce livre, je tiens à partager avec vous quelques mots.

Ce document est le fruit d'une année complète de réflexions, d'essais et de recherches. Chaque page a été pensée avec soin pour accompagner au mieux les parents, enseignants et animateurs dans leur mission, tout en respectant les valeurs qui me tiennent à cœur : la bienveillance, le partage et la réflexion.

Je suis heureuse de mettre ce travail entre vos mains et fais confiance à votre sens de l'éthique pour respecter cet effort. Ce carnet a été conçu pour un usage individuel ou dans le cadre de vos interventions pédagogiques. En le gardant pour vous, vous soutenez mon engagement et permettez à d'autres projets de voir le jour.

Merci de votre compréhension et de votre respect envers ce travail. Je suis convaincue qu'il contribuera à enrichir vos pratiques et les enfants, tout autant qu'il a enrichi mon parcours en le créant.

Avec toute ma gratitude,

Nadia

Créatrice des Petits Philo

**WWW.LESPETITSPHILO.COM**



## Pourquoi ce cahier ?

En créant ce carnet, j'ai pris conscience d'un décalage qui m'a vraiment chamboulée : il y a une différence entre la façon dont moi, adulte, je vis l'erreur et la façon dont j'aimerais que les enfants la vivent. J'ai donc modifié mon propre rapport à l'erreur en créant ce carnet.

Les enfants sentent ce décalage eux aussi : ils sont souvent beaucoup plus durs avec eux-mêmes qu'avec les autres. Jamais ils ne parleraient à un ami comme ils se parlent intérieurement quand ils se trompent.

Et puis, il y a ce moment difficile : quand tu vois ton enfant ou ton élève échouer, il t'arrive de te voir échouer toi aussi. « Est-ce que je suis un bon parent ? Un bon prof ? Est-ce que je l'ai bien accompagné ? »

Alors, pour te rassurer, tu peux sans t'en rendre compte mettre une pression de réussite sur ton enfant. Mais ce poids-là ne lui appartient pas.

C'est pour ça que ce carnet ne parle pas seulement aux enfants : il va sûrement t'interpeller, te faire réfléchir à ton propre rapport à l'erreur, à la réussite et aux attentes que tu projettes sur lui.

Car il faut garder en tête une chose essentielle : ta vision de la réussite n'est pas forcément la sienne. Son chemin n'est pas le tien. Tu peux, toi aussi, t'interroger : quel est ton rapport aux erreurs ?

Si tu ouvres ce carnet avec curiosité, il pourra changer ton regard et peut-être t'amener à ajuster certaines attitudes, y compris envers toi-même. Mais si tu le parcours avec rigidité, tu risques de vouloir moraliser, orienter ton enfant ou ton élève. Et crois-moi : il le sentira. Les enfants perçoivent ce qu'on attend d'eux, même quand on ne dit rien.

Ce carnet est donc une double invitation : aider ton enfant à apprivoiser ses erreurs et t'autoriser, toi aussi, à changer de perspective.

Ce cahier est ton guide pour accompagner les enfants dans leur rapport à l'erreur et à la réussite.

Tu y découvriras des activités qui les aideront à réfléchir au rôle des erreurs dans leurs apprentissages.

Nous faisons tous des erreurs et, parfois, elles nous font peur.

Pourtant, si nous apprenons à les comprendre, elles peuvent devenir de précieuses alliées !

Au fil des pages, tu trouveras des histoires, des jeux, des questions et des petits défis pour réfléchir de façon amusante.

Ici, pas de bonnes ou de mauvaises réponses : seulement des découvertes à faire sur soi-même !

# Si vous êtes parent



Certaines activités peuvent nécessiter un accompagnement, notamment pour l'écriture (rassurez-vous : l'écriture n'est jamais obligatoire), mais aussi pour aider l'enfant à faire face à certaines émotions. Tout peut être réalisé à l'oral, sauf l'activité du bocal à remplir, p.115. Les activités bien-être à la fin de ce carnet nécessiteront l'écriture également, avec votre aide.

Si votre enfant a des difficultés à écrire, n'hésitez pas à l'épauler. Le but n'est pas d'écrire sans fautes, donc soyez dans l'accompagnement en l'aidant à écrire les mots inconnus. C'est le moment de sortir le dictionnaire et d'enquêter, avec l'enfant, sur l'orthographe des mots. Vous pouvez lui dire "et si on cherchait comment ce mot s'habille ? Avec ou sans accent ?"

Certaines activités peuvent être imprimées en plusieurs exemplaires, afin d'être refaites régulièrement.

Ce cahier invite aussi à développer la persévérance. Pour cultiver cette régularité, vous pouvez choisir un jour et une heure fixe chaque semaine pour vous y consacrer.

Prenez le temps de lire les activités à l'avance afin d'estimer si elles seront faites en une ou plusieurs fois, selon l'attention de l'enfant et le temps que vous souhaitez y consacrer.

Certaines pages proposent des questions plus "philosophiques".

Je vous invite à en discuter ensemble, avec une seule contrainte :

l'écouter sans chercher à le faire changer d'avis.

Ce cahier n'a pas pour but d'apporter des réponses toutes faites, mais d'aider l'enfant à faire évoluer ses propres réflexions, à son rythme. Si d'aventure vous vous laissez aller à le moraliser, cela aura un effet contre productif, car les enfants ont besoin de sentir qu'on leur fait confiance pour se sentir en confiance.

N'ayez crainte, ses réponses ne sont pas figées dans le temps. La réflexion peut être lente, douce et elle évoluera en grandissant, au fil de ce cahier et au fil des années.

# Si vous êtes enseignant ou animateur.ice d'ateliers philo

Ce carnet est conçu comme un support vivant, à explorer à son rythme, seul ou à plusieurs.

Les activités ont été pensées de manière progressive, pour accompagner l'enfant pas à pas. Certaines peuvent être réalisées en autonomie, d'autres se prêtent bien à une réflexion collective en groupe ou en classe.

Il y a des répétitions car la pensée évolue. Et les activités aident à faire progresser sa pensée, à l'enrichir. Réévaluer nos idées est une aide pour ancrer les changements.

En tant qu'enseignant, vous pouvez choisir d'imprimer certaines pages pour en faire des rituels réguliers.

Le carnet devient alors un véritable outil de confiance, où chaque erreur est vue comme une occasion de progresser.

Au fil du temps, il s'installe dans les habitudes comme une hygiène de pensée douce, constructive et durable.

Vous êtes libres de vous approprier ces séances et de les enrichir à votre manière.

## **La seule règle essentielle : écouter les enfants sans chercher à les faire changer d'avis.**

Leur pensée peut évoluer tout au long des échanges. Et si un enfant exprime une idée différente de ce que vous aimeriez entendre, ce n'est pas grave : laissez-le cheminer à son rythme, sans lui faire la morale.

Car dès que les élèves sentent qu'on veut leur donner une leçon, ils risquent de se réfugier dans une posture de "bon élève", en essayant de dire ce qu'ils croient que vous attendez. Vous aurez alors l'impression de les avoir aidés... mais en réalité, rien n'aura bougé.

# Guide du bon utilisateur

Il est important que l'enfant soit accompagné sur les activités. Soit pendant, soit après pour faire un retour.

Car certains enfants vont affronter des doutes et votre regard va les aider à les vivre d'une façon plus positive.

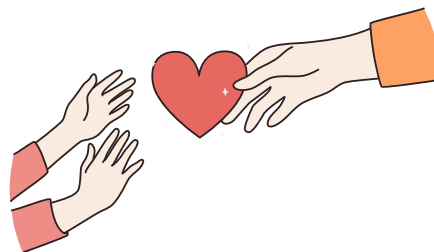
Si un enfant se sent en situation d'échec, ou qu'il se crispe, ce n'est pas le moment de lui donner des conseils, son cerveau n'est pas disponible pour recevoir ces informations. Il est dans l'émotionnel, il a besoin que vous validiez ses émotions : "Je vois que tu es frustré, triste, en colère, c'est bien ça ? Je comprends que tu sois déçu, tu avais vraiment envie de réussir."

"On prend une pause, et quand tu veux on pourra en reparler".

On propose à l'enfant un câlin ou de le laisser tranquille selon ses besoins. Car tous les enfants n'ont pas besoin d'un câlin pour faire passer les émotions.

Vous pourrez aussi, une fois les émotions redescendues, partager avec lui des anecdotes de votre enfance ou jeunesse, sans moraliser, simplement en racontant vos ressentis et vos choix, en précisant que vous ne savez pas si c'était le bon choix, et en disant ce que vous en avez appris.

Montrez-lui les points positifs sur ce qu'il **sait faire**, **sans** pour autant **nier** les erreurs qu'il fait.



# Guide du bon utilisateur

Ce qui va le plus aider les enfants, c'est la régularité et la répétition. C'est pour cette raison que les activités doivent être faites de façon régulière.

Stanislas Dehaene, neuroscientifique, nous dit que pour apprendre quelque chose, il faut le réactiver 20% du temps. Donc pas tous les jours, mais en espaçant dans le temps.

C'est pour cela que certaines activités peuvent être imprimées pour en faire une routine. Pas tous les jours car c'est chronophage et fatigant, mais une fois par semaine par exemple.

Vous reconnaîtrez ces activités avec ce petit icône :



Les activités à imprimer, vous les reconnaîtrez avec cet icône :



**Pour les enseignants :** Ne soyez pas impressionnés par le nombre de pages. Certaines activités se font très rapidement, il m'est arrivé de faire 2 activités en une séance de 1h.

**Pour les parents :** offrez à votre enfant un petit rituel, chaque semaine ou tous les quinze jours, comme un rendez-vous qui revient toujours. Ces instants réguliers sont des racines invisibles : ils apprennent à l'enfant que la confiance se construit pas à pas, grâce à la force des habitudes. Si vous parvenez à maintenir un rythme régulier, vous lui ferez un merveilleux cadeau.

Prenez un timer :



Fixez, en accord avec l'enfant, un temps qu'il est prêt à consacrer aux activités. 30min au moins, c'est bien. Si l'enfant décide de continuer, laissez-le explorer librement.

Que vous soyez parent ou prof, au rythme qui conviendra, n'oubliez pas de dire aux enfants ce **qu'ils font** (et pas ce qu'ils sont) de bien. Entendre des choses positives sur soi permet à l'enfant de construire son estime. Entraînez-vous à l'aider à repérer ses savoir faire. Choisissez ce qui vous convient le mieux parmi les propositions ci-dessous.

Appuyez-vous sur des exemples concrets : "tu as fais des efforts, tu as trouvé une solution à un problème que tu n'arrivais pas à résoudre", etc. L'important : rester honnête et se baser sur des faits.

À l'époque, mon fils avait beaucoup de difficultés avec l'écriture et suivait des séances chez une graphologue. Malgré les séances, il n'était pas satisfait de son travail, il était complètement dépité :

« Je n'y arrive pas, mon écriture est moche... »

Alors, on a repris le cahier d'écriture depuis la première page. Et là, il a vu ses progrès.

Ses lettres, au fil du temps, devenaient plus nettes, plus belles, mieux espacées.

Petit à petit, il s'est mis à sourire.

Il comparait les mots entre eux, et il voyait qu'il écrivait mieux grâce à toute la pratique.

Et soudain, il m'a tendu son cahier avec des yeux brillants :

"Regarde maman, ce mot... il est quand même plus joli maintenant ! T'as vu comme j'ai progressé ?"

## Petites astuces

### *Écrire un mot*

*Chaque semaine ou chaque mois, donnez-lui un petit mot ou une carte postale.*

### *Au coucher*

*De temps en temps, dites-lui ce que vous avez apprécié (son sourire, son aide, etc).*

### *Pour un anniversaire ou à Noël*

*Écrivez-lui une lettre avec ses qualités, ce que vous aimez chez lui. Recevoir de la gentille est aussi un cadeau.*

### *Dans le bulletin scolaire*

*N'oubliez pas de noter ce qui est positif : "tu as su faire des efforts même quand c'était difficile, tu as su faire de ton mieux", etc.*

# Je me présente !

On ne se connaît pas, alors je me présente.

Je m'appelle Nadia, j'ai 40 ans, je suis maman d'un petit garçon de 8 ans qui s'appelle Dario et j'ai deux beaux chats. Mon travail, c'est de discuter avec les enfants de ce qui compte pour eux. Je les écoute avec attention et gentillesse, et je leur pose des questions pour qu'ils puissent dire ce qu'ils pensent vraiment, pas seulement ce que les grands aimeraient entendre. Je crois que les adultes devraient prendre plus de temps pour écouter ce que les enfants ont à dire. Alors je fais des ateliers philo avec les enfants et les ados.



Plumo



Trixie

J'adore jouer aux jeux vidéos (et oui ! Même à 40 ans on joue encore), surtout à Mario Kart et à Zelda. J'aime la vie, la nature, les animaux et les questions.

Quand j'étais jeune, je détestais me tromper, si bien que j'avais honte quand ça m'arrivait. Et ça a duré très longtemps. Ça m'a empêchée de faire des choses que j'avais envie de faire.

Un jour, une dame m'a dit "si vous voulez que tout soit toujours parfait, vous ne pourrez jamais avancer"... Tu sais pourquoi ? **Parce que la perfection n'existe pas !**

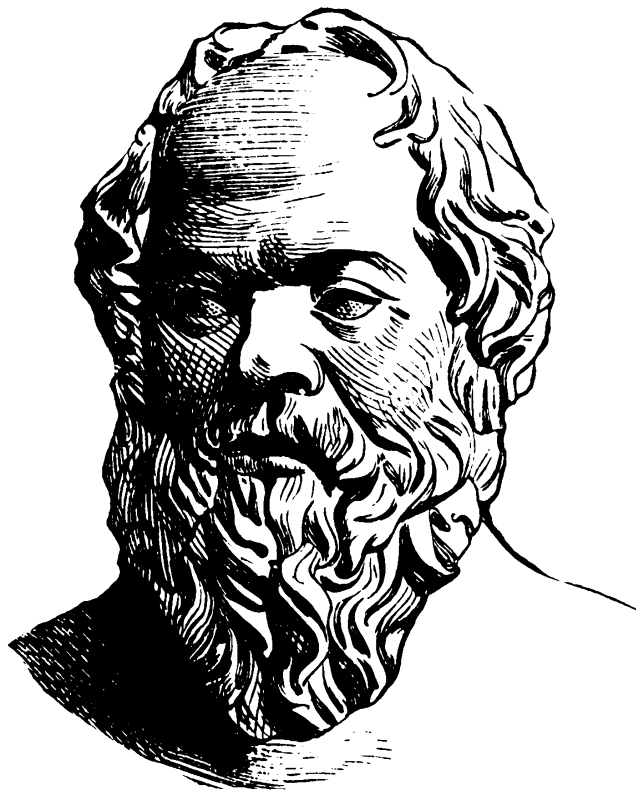
Alors, j'ai commencé à essayer, je me suis trompée et en fait, ça s'est super bien passé ! J'ai appris plein de choses, j'ai grandi et j'étais fière de moi. Et ça m'a rappelé que c'est exactement ce que je fais quand je joue à un jeu vidéo. Je meurs plein de fois, mais je recommence, et je deviens plus forte. Parfois, je fais une erreur et je découvre une nouvelle technique aussi !

Et bien, je souhaite que tous les enfants ressentent ça : être fiers même quand ils font des erreurs. Alors si tu es prêt ou prête, je t'accompagne sur ce chemin!





Il était une fois, un  
philosophe nommé  
Socrate ...



## Il était une fois, un philosophe nommé Socrate ...

Dans un jardin baigné de soleil, des enfants sont assis en cercle sur l'herbe. Ils attendent leur vieil ami Socrate, celui qui aime poser des questions étranges et les faire réfléchir. Avec lui, ils apprennent à penser autrement, en parlant ensemble.

Mais ce matin, Socrate n'est pas là. Les minutes passent, et les enfants commencent à s'agiter. Certains regardent autour d'eux, d'autres soupirent, et deux ou trois se chamaillent un peu.

“Il est en retard, dit une petite fille.

– Peut-être qu'il a oublié notre rendez-vous !” grogne un garçon.

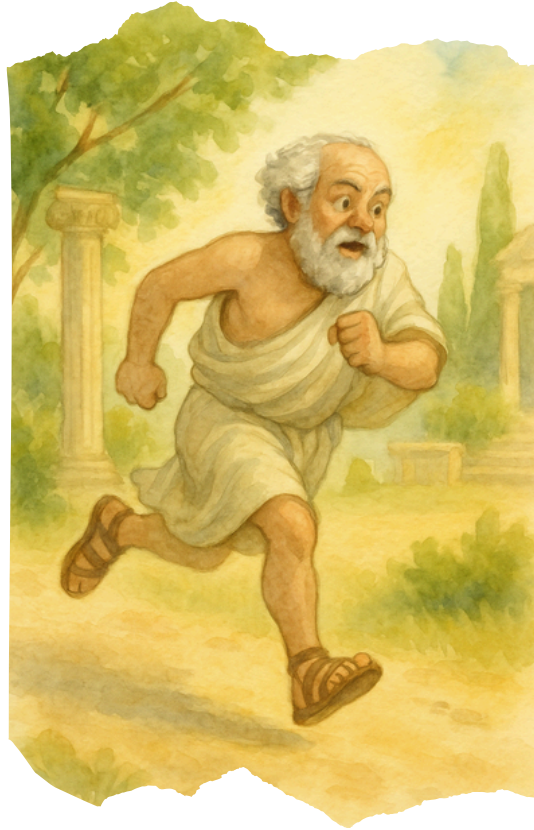


Tout à coup, Socrate arrive en courant, essoufflé, ses sandales un peu de travers.

“ Bonjour les amis !”

Les enfants répondent en chœur, à moitié surpris, à moitié soulagés :

“Bonjour Socrate !”



- Quelle matinée ! Excusez mon retard. Mon chat m’a coupé la route pendant que je me levais. J’ai trébuché, j’ai voulu me rattraper, mais j’ai heurté mon vase qui s’est écrasé par terre. Le pauvre chat s’est blessé en fuyant, alors j’ai dû l’emmener chez le vétérinaire. Voilà pourquoi je suis en retard.”

- Oh non ! Ton chat va bien ?

- Il ira mieux. Il boitera encore un peu, mais j’espère qu’il a compris son erreur : ne plus tourner sous mes pieds au réveil !”

À ce moment, un petit garçon aux yeux vifs se lève et dit d’un ton fier :

“ Hier, ma cousine a fait une erreur en préparant le goûter. Elle a mis du sel à la place du sucre dans le gâteau ! Tout le monde a fait une drôle de tête. Moi, je ne me trompe jamais comme ça, je lis toujours bien les recettes.”

Socrate regarde le garçon avec un doux sourire.

“ Tu crois que ne jamais se tromper, c’est une force ? ”

Le petit garçon reste silencieux. Il sait qu’avant de répondre à Socrate, il faut prendre le temps de réfléchir. *Prends le temps de réfléchir avec lui.*

*Penses-tu que ne pas se tromper est une force ?*



Après réflexion, le jeune garçon se lance.

“Et bien, peut-être que ne pas se tromper est une force ! En tout cas personne n’aime faire des erreurs.

- Mais tout le monde fait des erreurs, répond une de ses amies. Alors si faire une erreur c’est être nul ou faible, nous sommes tous nuls et faibles ! Et ça c’est faux, on n’est pas tous nuls.

- On fait tous des erreurs, reformule Socrate, mais on n’est pas tous nuls. Alors à quoi servent les erreurs ?

Les enfants froncent les sourcils.

Une fille demande : “Mais... comment une erreur peut-elle être utile ?”

- Bonne question ! dit Socrate. Quand cette cousine s’est trompée dans sa recette, a-t-elle appris quelque chose ?

- Que c’est une mauvaise cuisinière ?

- Avec cette façon de penser, elle ne cuisinera plus jamais, dit une jeune fille. C’est dommage, j’aimais bien son clafoutis.

Les enfants rient.

- Peut-être qu’elle a appris que le sel dans un gâteau c’est moins bon que le sucre !

- Ou alors qu’elle doit mettre des étiquettes sur les pots pour ne pas les confondre.

- En attendant, son gâteau c’était un échec total.

Socrate continue : “une erreur, est-ce un échec ?

*Pose toi la question cher lecteur:*

*Penses-tu qu’une erreur et un échec c’est la même chose ?*

Un des enfants répond : “Je ne sais pas. Mais peut-être que nous confondons les deux mots. Faire des erreurs semble désagréable pour certains. C'est un chemin qui ne mène pas où on voulait... mais il nous apprend quelque chose quand même. Alors on ne peut pas vraiment dire qu'on a échoué.”

Un garçon aux boucles blondes demande : “Mais si on se trompe tout le temps, on apprend encore plus ?

- Je ne sais pas, dis Socrate, qu'en penses-tu, toi ?

- Je n'ai pas envie de me tromper en faisant exprès ! Mais si j'accepte mes erreurs au lieu d'en avoir honte, alors peut-être que j'apprendrais différemment.

- Donc se tromper permet d'apprendre, dit Socrate.

- Mais, pour toi Socrate, c'est facile de nous dire que se tromper c'est utile, tu ne te trompes jamais et tu sais tout ... “, lui répond une fille, déçue de la leçon de morale que semble faire Socrate.

Il se penche un peu vers eux, comme pour leur confier un secret :

“ Vous savez ce que j'ai découvert un jour, après des années à poser des questions à tout le monde ? Que je ne savais presque rien. Et devinez quoi ? Ça m'a rendu heureux !”

Les enfants écarquillent les yeux.



“ Heureux de ne rien savoir ? C’est bizarre, ça ! lui répond une jeune fille.

- Pas si bizarre, répond Socrate. Parce que quand on croit tout savoir, on ne cherche plus. Mais quand on accepte de ne pas savoir, alors on est libre de poser plein de questions, de découvrir, de grandir. Et surtout, on n’a plus peur de se tromper.”

Il s’assoit parmi eux.

- Alors, dites-moi... Quelle est la dernière erreur que vous avez faite, et qu’est-ce qu’elle vous a appris ? »



Que penses-tu de cette histoire ?

---

---

Y a t-il des idées avec lesquelles tu n’es pas d’accord ? N’hésite pas à dire ce que tu penses, toi. Les histoires n’ont pas toujours raison.

---

---

---

---





# Activité au choix : l'écriture ou le dessin

Quelle est la dernière erreur que tu as faite, et qu'est-ce  
qu'elle t'a appris ?



---

---

---

---

---

---

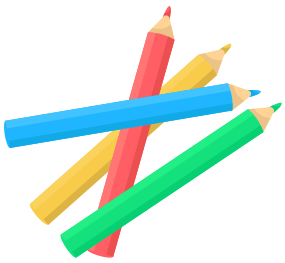
---

---

---

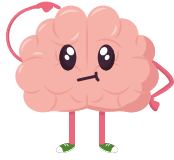
---

---



# Tu peux dessiner

Quelle est la dernière erreur que tu as faite, et qu'est-ce qu'elle t'a appris ?



## Je me questionne

- As-tu déjà fait une erreur qui t'as appris quelque chose ?
- Est-ce qu'on peut apprendre sans se tromper ?
- Pourquoi avons-nous parfois honte de nos erreurs ?
- Est-ce que tu penses qu'il vaut mieux ne jamais se tromper ou savoir apprendre de ses erreurs ? Pourquoi ?
- Est-ce que tu as déjà fait semblant de savoir quelque chose pour ne pas paraître bête ? Pourquoi ?

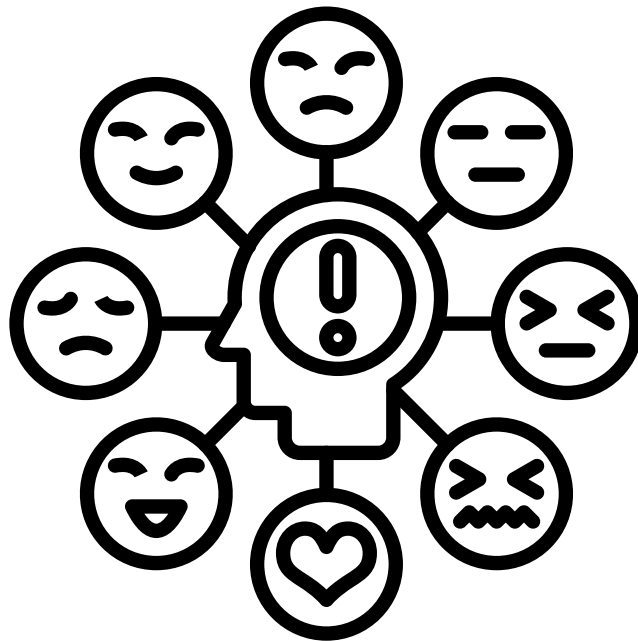
---

## Questions philosophiques à partir de l'histoire

- À quoi servent les erreurs ?
- Pourquoi avons-nous peur de nous tromper ?
- Si se tromper aide à apprendre, pourquoi a-t-on peur de faire des erreurs ?
- Est-ce qu'une erreur peut rendre heureux ?
- Est-ce que réussir, c'est faire quelque chose parfaitement ?



# J'identifie mes émotions face à mes erreurs

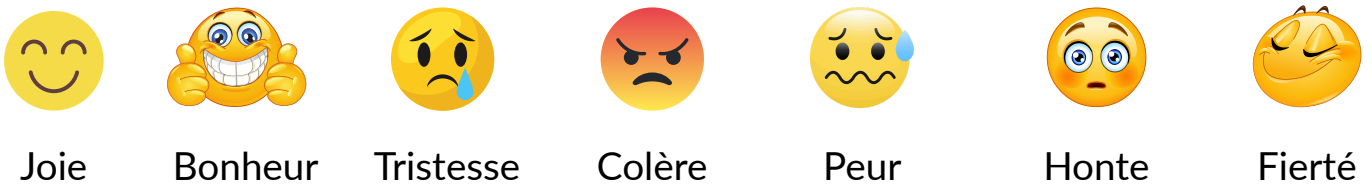


*Entoure les émotions que tu ressens  
en fonction des situations. Tu peux ajouter d'autres émotions ou  
sentiments que tu ressens.*

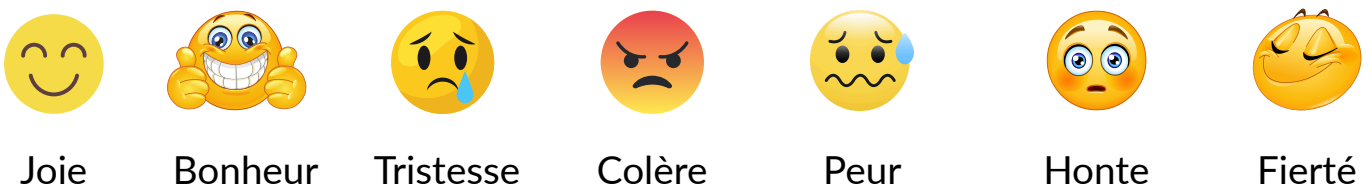
**J'ai eu 2 à ma première dictée.**



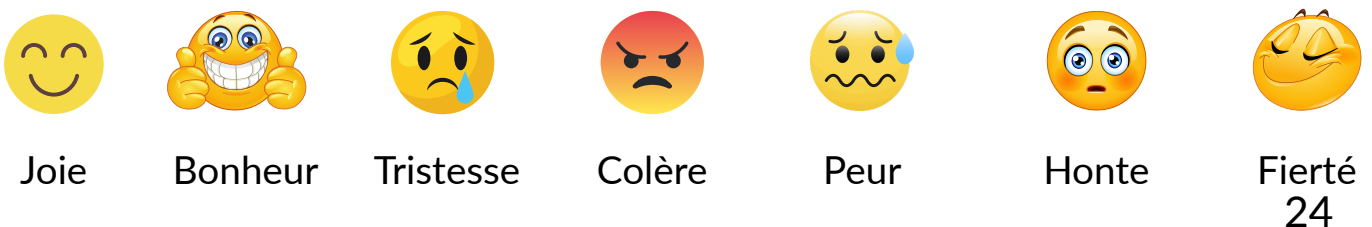
**Avoir 2 à sa première dictée, et 8 à la 5ème dictée.**



**Réussir du premier coup.**



**Réussir du premier coup et ne plus y arriver.**



**Réussir après 10 tentatives.**



Joie



Bonheur



Tristesse



Colère



Peur



Honte



Fierté

**Réussir après 50 tentatives.**



Joie



Bonheur



Tristesse



Colère



Peur



Honte



Fierté

**Réussir à lire plus tard que ses camarades.**



Joie



Bonheur



Tristesse



Colère



Peur



Honte



Fierté

**Demander de l'aide quand on n'y arrive pas tout seul.**



Joie



Bonheur



Tristesse



Colère



Peur



Honte



Fierté



# Je m'interroge

Est-ce que progresser, c'est une façon de réussir ?

---

---

Réussir ou progresser, est-ce que l'un des deux est plus important pour toi ?

---

---

Réussir du premier coup ou après des difficultés, est-ce la même chose ?

---

---

Est-ce qu'on progresse tous à la même vitesse ?

---

---

Est-ce une honte de progresser plus lentement que les autres ?

---

---

Est-ce une faiblesse de demander de l'aide ?

---

---

Demander de l'aide peut-il être une force ?

---

---

# C'est quoi réussir pour moi ?



*Pour les enseignants et animateur.ices philo: Vous pouvez diviser la classe en 4 groupes de 7 et distribuer une page à chaque groupe.*

*Les enfants échangent entre eux et un rapporteur explique le fruit de leurs réflexions. Vous pourrez mutualiser les réponses et lancer des discussions.*

1. 🌟 Colorie les étoiles pour dire ce que tu trouves le plus important entre les deux idées proposées.
2. 📖 Ensuite, lis la petite histoire : elle te fera peut-être voir les choses autrement...
3. ? Puis, réfléchis bien à la question soulignée : qu'en penses-tu ?
4. 🖍 Si tu changes d'avis après l'histoire, tu peux recolorier les étoiles sous l'histoire !

## Réussir ou faire de son mieux?

---

**Réussir**



**Faire de son mieux**




---

*Un jour, une enfant disait que “réussir, c’est être la meilleure”.  
Puis, elle a entendu son ami raconter qu’il avait eu 5/10, mais qu’il  
était fier de lui, car il s’était beaucoup entraîné et avait progressé.*

*Il avait appris à rester calme, à recommencer, à ne pas  
abandonner.*

*Elle s’est alors demandé... Est-ce que réussir, c’est aussi faire de  
son mieux ?*

*Est-ce qu’on peut être fier de soi, même sans être “le meilleur” ?*

---

Alors, est-ce que tu changes d'avis ?

Colorie à nouveau l'idée que tu trouves la plus importante :

**Réussir**



**Faire de son mieux**



# Être doué ou apprendre à son rythme?

---

Être doué



Apprendre à son rythme



---

*Un garçon disait souvent : “Moi, je ne suis pas doué en maths.”  
Il pensait que c’était comme ça, qu’il n’y pouvait rien.  
Un jour, il a vu une copine faire plein d’erreurs, mais continuer à  
essayer, à poser des questions, à s’entraîner.  
Et elle a fini par comprendre plein de choses.  
Alors il s’est demandé :*

*“Est-ce qu’on est doué... ou est-ce qu’on le devient, à force  
d’essayer ?”*

---

Alors, est-ce que tu changes d’avis ?

Colorie à nouveau l’idée que tu trouves la plus importante :

Être doué



Apprendre à son rythme



## Réaliser ses rêves très rapidement ou en progressant?

---

### Réaliser ses rêves très rapidement



### Réaliser ses rêves en progressant



---

*Malik voulait être dessinateur.*

*Au début, ses dessins étaient pleins de ratures.*

*Il en a fait un par jour pendant un an.*

*Aujourd'hui, ses carnets sont pleins de progrès et de souvenirs.*

*Il dit souvent :*

*“Ce n'était pas toujours facile, j'ai parfois pensé abandonner, mais j'ai aussi pris beaucoup de plaisir en le faisant. Le plus important n'est pas de réussir vite, mais d'avancer pour réaliser ses rêves.”*

*Et il se demande :*

*“Et si le chemin pour réaliser ses rêves comptait autant que le rêve lui-même ?”*

---

Alors, est-ce que tu changes d'avis ?

Colorie à nouveau l'idée que tu trouves la plus importante :

### Réaliser ses rêves très rapidement



### Réaliser ses rêves en progressant



# Ne pas se tromper ou apprendre de ses erreurs?

---

**Ne pas se tromper**



**Apprendre de ses erreurs**



---

*Tom déteste se tromper. À l'école, il préfère ne rien écrire plutôt que risquer une erreur.*

*Il se dit que s'il ne se trompe pas, il évite les moqueries.*

*Mais parfois, il a l'impression de ne pas avancer.*

*Un jour, il a vu un ami lever la main, dire une réponse fausse... et écouter la correction avec curiosité.*

*Tom a pensé :*

*"Est-ce que se tromper, c'est pire que rester bloqué ?"*

---

Alors, est-ce que tu changes d'avis ?

Colorie à nouveau l'idée que tu trouves la plus importante :

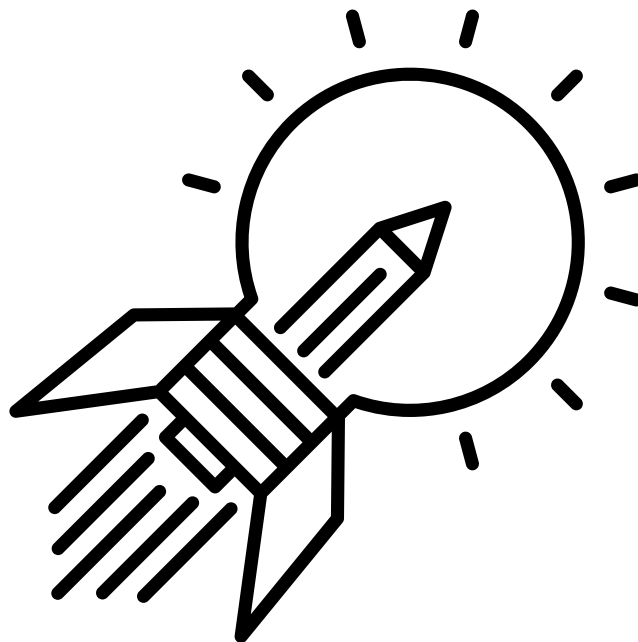
**Ne pas se tromper**

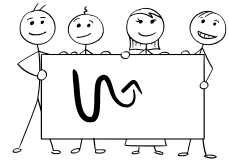


**Apprendre de ses erreurs**

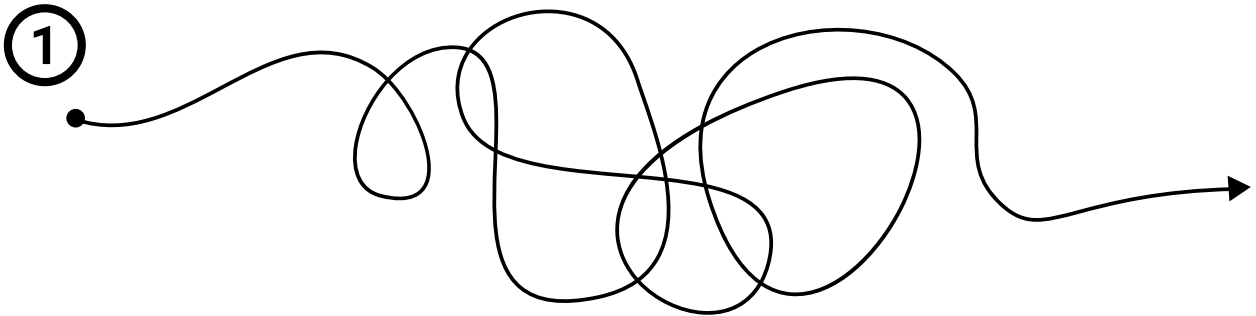


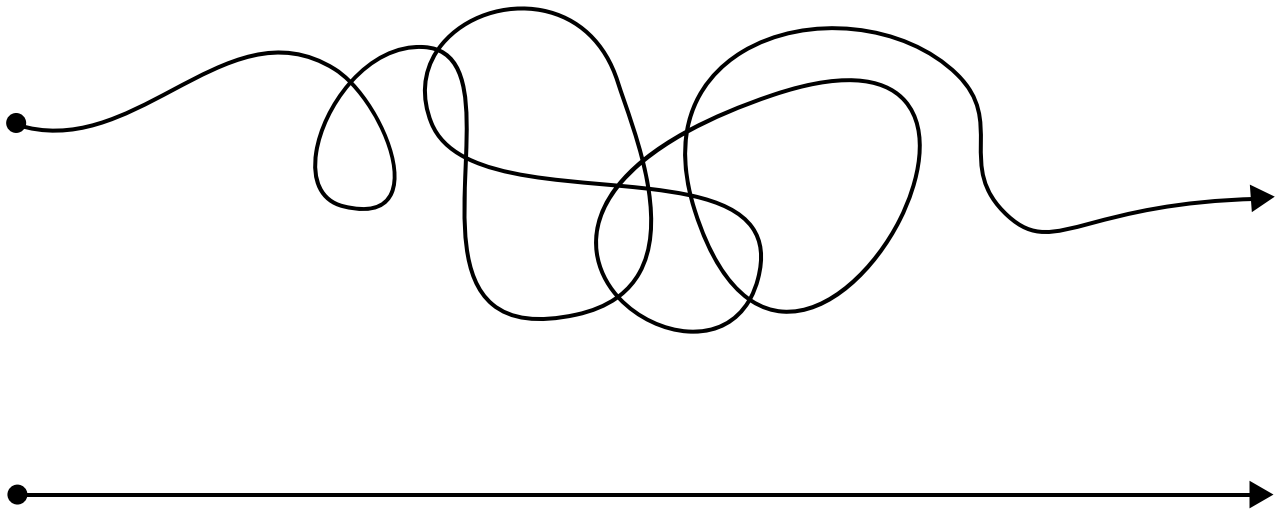
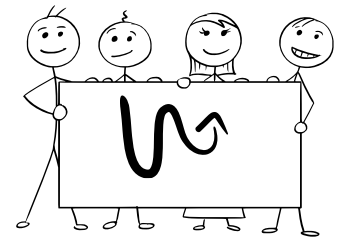
**J'apprends de mes  
erreurs**





**Quelle image représente le plus la réussite pour toi ? Pourquoi ?**





**Est-ce possible de réussir sans se tromper?**

---

---

---

**Est-ce un problème de se tromper et de recommencer ?**

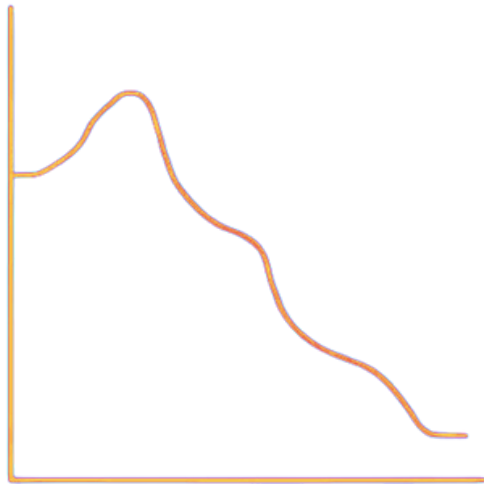
*Cite au moins un avantage et un inconvénient de se tromper et de recommencer.*

---

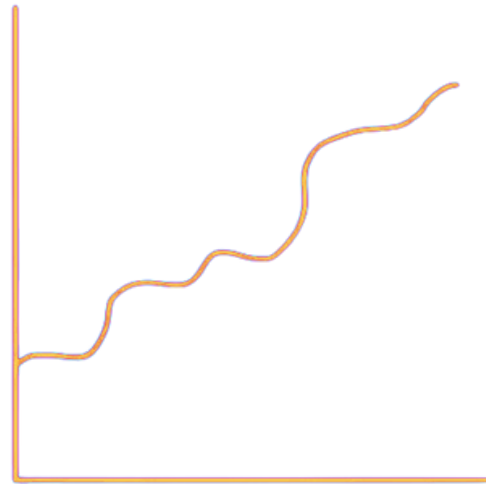
---

---

# Progrès



Aujourd'hui



Cette année

Que t'inspire cette image ?

---

---

---

Toi, quand tu progresses, est-ce que tout est parfait ?

---

---

---

# Je transforme mes erreurs en créativité



Que t'inspire cette image ?



Que t'inspire cette image ?



Imagine les idées qui traversent l'esprit de ce petit garçon.

---

---

Imagine que ses pensées sont très négatives, que se dirait-il ?

---

---



Que t'inspire cette image ?



## Que t'inspire cette image ?



Image en grand  
page précédente

Tiens, la tâche est devenue un papillon ! Imagine, dis ou écris les idées qui traversent l'esprit de ce petit garçon.

---

---

---

L'enfant de droite a transformé son dessin en papillon. Que s'est-il dit pour y arriver ?

---

---

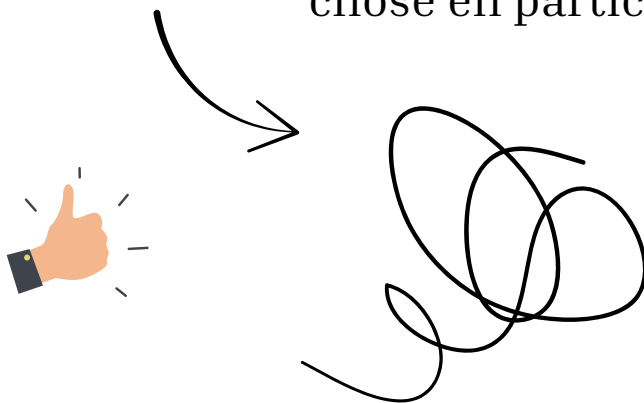
---

## Consigne 1

Prends un stylo et une feuille (page blanche juste après). Ferme les yeux et fais un gribouillis, mais attention. Ne fais pas un gribouillis comme ça :



Fais un gribouillis comme ça, comme si tu faisais des formes, mais n'essaye pas de dessiner quelque chose en particulier.



## Consigne 2

**Pour l'adulte :** Faites vous-même un gribouillis que vous proposez aux enfants en suivant la consigne 1.

**Pour les enfants :** Maintenant, regarde le gribouillis qu'a fait l'adulte, et transforme-le en quelque chose.

# Ton dessin : Un gribouillis magique



## Qu'est-ce qui t'a aidé à modifier ton gribouillis ?

*Si besoin, voici des propositions pour t'aider à expliquer tes choix.*

D'imagination

De talent

De réfléchir

De prendre du recul

De rien du tout

De bons crayons et de bons feutres

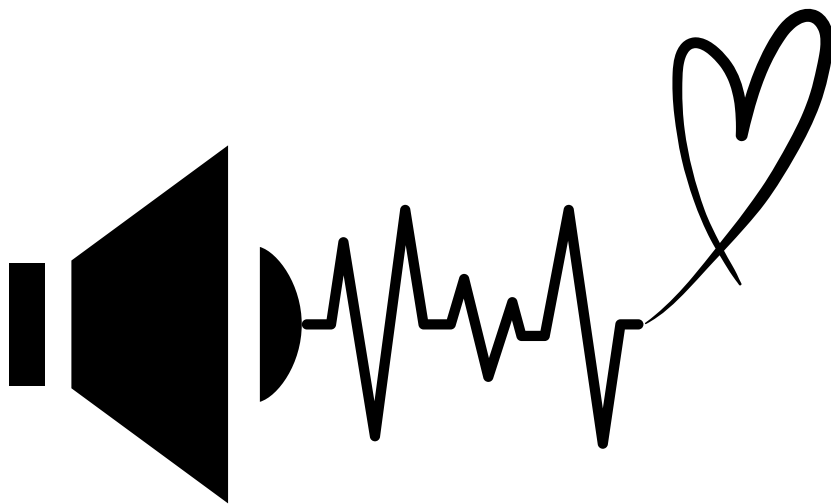
De chance

De confiance en moi

Autre :

---

Faire de ma petite  
voix intérieure ma  
meilleur alliée





## Je réfléchis sur ma petite voix intérieure

*Commence par réfléchir à la question suivante avant de lire la suite :*

Quand tu te trompes, que te dis-tu dans ta tête ?

*Parfois, nous avons une petite voix qui nous critique dans notre tête. Ça peut venir de plusieurs choses.*



*On manque de confiance en soi, on se croit nul, ou autre.*



*Parfois, on a entendu des gens nous le dire et maintenant on y croit. Mais qui te dit que ces personnes ont raison ? Peut-être que c'est elles qui se trompent !*

*Si tu as cette petite voix critique, c'est normal, ça arrive à tout le monde.*

*Mais on peut apprendre à se parler autrement pour se faire du bien!*

 Exemples :

 • « Je suis nul(le) » → « J'apprends et je progresse » 

 • « Je n'y arriverai jamais » → « Je n'y arrive pas ENCORE » 

# Et si je reprogrammrais mon cerveau ?



Ce que je te dis a été étudié en psychologie. La psychologie, c'est la matière qui apprend à prendre soin de soi, de ses émotions. Des personnes ont essayé de comprendre pourquoi on se parle plus méchamment qu'à un ami.

Attends, je vais t'aider à mieux comprendre.

Par exemple : Un ami tombe en vélo parce qu'il est allé beaucoup trop vite, alors que ses parents lui disaient de ralentir. Il a fait une erreur, il a été imprudent.

## Je peux lui dire



Je vais t'aider à te relever. Ce n'est pas grave tu sais, ça arrive à beaucoup de personnes de tomber ou d'aller trop vite. Tu devrais acheter un bon casque pour prendre moins de risque. Bon, on y retourne ?

## Mais si je lui dis



Mais t'es vraiment nul ! Pourquoi t'écoutes rien quand on te dit quelque chose ? T'es bête ou quoi ?

- À ton avis, qu'est-ce qui va le plus l'aider ?
- Avec quelle phrase apprendra t-il le plus de ses erreurs ?

Et bien, en psychologie, on a trouvé que, souvent, au lieu de se parler gentiment, on se parle méchamment quand on fait des erreurs. On va penser "je suis nul en vélo, j'y arriverai jamais!", alors qu'on pourrait se dire "bon, je crois que j'ai fait une erreur, je vais aller mettre un casque et ralentir pour commencer. Quelqu'un a un conseil à me donner pour y arriver ?"

Quand tu n'arrives pas à faire quelque chose, tu n'y arrives pas **ENCORE** ! Tu apprends à le faire. (Retiens-bien ce mot, **ENCORE**, c'est un mot ami). Tu ne me crois pas ?

Quand tu étais bébé, est-ce que tu as réussi à marcher du 1er coup ? Non, tu ne savais pas **ENCORE** marcher, tu es tombé 100 fois, et tu t'es relevé 101 fois. Et un jour, tu as pu rendre tes proches joyeux car tu pouvais explorer le monde d'un peu plus haut.





# À la rescousse !

1

Une personne a peur de se tromper et partage avec toi plein d'idées qui lui traversent l'esprit quand elle se trompe.



Je fais des erreurs parce que je suis bête



Si je me trompe, les autres penseront que je suis bête



Si je me trompe, on va me faire des reproches

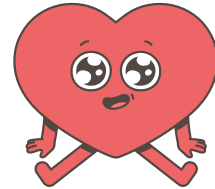


Pour être bon, il faut tout réussir du premier coup



2

Tu lui dirais quoi pour l'aider à oser se tromper et à progresser même quand c'est difficile ?




---



---



---



---



---



---



---



---



---

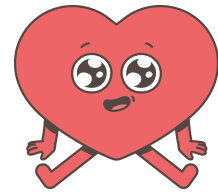


---

## Voici quelques exemples de reformulation



Je fais des erreurs parce  
que je suis bête



*Je fais des erreurs parce que  
j'apprends quelque chose de  
nouveau*

Si je me trompe, les autres  
penseront que je suis bête



*Si je me trompe, les autres  
penseront que c'est normal  
parce que j'apprends*

Si je me trompe, on va me  
faire des reproches



*Si je me trompe, les autres  
pourraient m'aider*

Pour être bon, il faut tout  
réussir du premier coup



*Pour être bon, il faut  
essayer plusieurs fois et  
accepter de se tromper*

### 3 phrases pour reprogrammer son cerveau

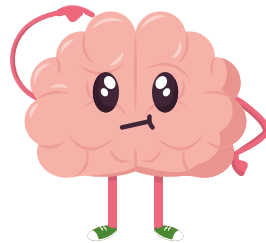


Ce que tu viens de faire, c'est comme un entraînement pour ton cerveau ! Tu sais, notre cerveau fonctionne d'une façon un peu bizarre : quand on parle à nos amis, on fait attention à être gentil et encourageant. Mais quand on se parle à soi-même dans notre tête, on oublie parfois d'être aussi gentil !

C'est comme si tu avais deux voix différentes dans ta tête : une voix pour les autres (qui dit des choses comme "Bravo ! Tu peux y arriver !") et une voix pour toi (qui dit parfois "je suis nul, je n'y arriverai jamais"). Là, tu as appris à utiliser ta voix gentille pour parler à quelqu'un d'autre. Maintenant, tu peux apprendre à utiliser cette voix gentille pour te parler à toi-même.

Comme ça, tu seras ton propre meilleur ami !

Mais alors comment faire pour aider le cerveau à se reprogrammer ?



Voici 3 techniques proposées par Alan Beck :



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...



Une façon plus positive de voir ça ...



Même si c'était vrai, je peux ...

## Exemple



“Je suis nulle en maths”



C'est pas complètement vrai parce que ... j'ai déjà réussi des exercices ou des calculs.

“Je suis nulle en maths”



Une façon plus positive de voir ça ... ce serait de me dire que j'ai aussi d'autres forces dans d'autres matières.

“Je suis nulle en maths”



Même si c'était vrai, je peux ... demander de l'aide pour mieux y arriver.



### TÉMOIGNAGE

Quand j'étais jeune, je rêvais de devenir scientifique. Mais quand je suis arrivée au lycée, j'ai eu de très mauvaises notes en maths. Bizarre, au collège j'avais de très bons résultats ... Quand le conseil de classe est venu, les professeurs m'ont dit “c'est mieux d'aller étudier les langues, le français et la philosophie, parce que votre niveau en mathématiques n'est pas assez bon ...”. J'étais tellement déçue, je me suis sentie nulle ...

Aujourd'hui, après avoir grandi et appris plein de choses sur moi, voici ce qu'on aurait dû me dire : “Vous avez besoin de progresser en mathématiques car vos notes sont bonnes dans les autres matières. Est-ce que c'est possible de prendre des cours de maths cet été ? On verra à la prochaine rentrée vos résultats et on prendra une décision, mais on croit en vous.”

Ose demande de l'aide pour réaliser tes rêves !

## 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



*À toi de jouer ! Voici une série de phrases que des gens se disent dans leur tête. Utilise les 3 questions pour les aider à voir les choses différemment.*

**Je n'arriverai jamais à apprendre cette poésie par coeur.**



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

## 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



**Je suis incapable de dire des mots gentils aux gens.**



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

## 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



**Je ne réussirai jamais à lire aussi bien que les autres copains de la classe.**



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

## 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



**Je suis incapable de me contrôler, tout ce que je fais est mal.**



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

## 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



**Tout ce que je fais est nul, je n’y arriverai jamais.**



Ce n’est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c’était vrai, je peux ...

---

---

# 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



🎲 À toi de jouer !

*Écris une petite phrase que tu te dis quand tu te trompes, ou quand tu penses que tu n'y arriveras jamais. Puis transforme-la en une phrase qui t'aide à croire en toi. Et si c'est difficile, demande de l'aide !*

---

---



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

# 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



🎲 À toi de jouer !

*Écris une petite phrase que tu te dis quand tu te trompes, ou quand tu penses que tu n'y arriveras jamais. Puis transforme-la en une phrase qui t'aide à croire en toi. Et si c'est difficile, demande de l'aide !*

---

---



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

# 3 phrases à se dire pour reprogrammer son cerveau



🎲 À toi de jouer !

*Écris une petite phrase que tu te dis quand tu te trompes, ou quand tu penses que tu n'y arriveras jamais. Puis transforme-la en une phrase qui t'aide à croire en toi. Et si c'est difficile, demande de l'aide !*

---

---



Ce n'est pas complètement vrai parce que ...

---

---



Une façon plus positive de voir ça ...

---

---



Même si c'était vrai, je peux ...

---

---

# Mon cerveau est en construction



# Le cerveau est plastique

Ton cerveau n'est pas en plastique, je te rassure. C'est une expression scientifique pour expliquer que notre cerveau se construit tout le temps. On appelle ça la neuroplasticité.

Ton cerveau, c'est un peu comme une grande forêt avec plein de chemins.

Chaque fois que tu apprends quelque chose de nouveau, comme faire du vélo, lire, ou résoudre une énigme, ton cerveau crée un nouveau chemin dans cette forêt.

Et plus tu fais cette chose, plus ce chemin devient large et facile à emprunter, comme un petit sentier qui devient une grande route.

C'est ça, la neuroplasticité !

C'est le super-pouvoir de ton cerveau : il peut changer, grandir, et faire de nouveaux chemins toute ta vie. Même quand tu fais une erreur, ton cerveau apprend !

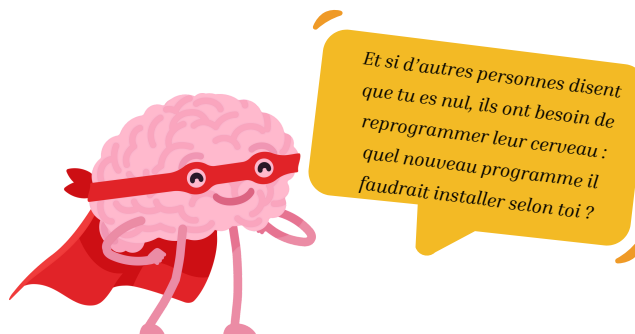
Donc chaque fois que tu essaies, même si c'est dur ou que tu te trompes, ton cerveau devient plus fort et plus malin.

D'ailleurs, en **neurosciences** (c'est la matière qui étudie le fonctionnement du cerveau, c'est sérieux), les scientifiques ont découvert que notre cerveau apprend quand on se trompe. Quand tu fais une erreur et que tu t'en rends compte, ton cerveau bouge un peu à l'intérieur, comme s'il refaisait ses chemins. Il a besoin de ces petites erreurs pour mieux comprendre le monde et s'améliorer. Donc si tu restes caché dans une grotte à ne rien faire, ton cerveau ne peut pas apprendre.

Et même que si tu prends l'habitude de mal te parler quand tu te trompes, ton cerveau enregistre que c'est ce qu'il doit faire. Mais toi, tu n'aimes pas ça ! Viens, on va le reprogrammer pour qu'il construise de nouvelles routes !

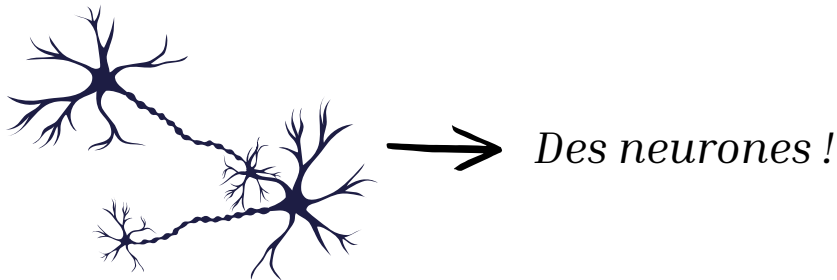
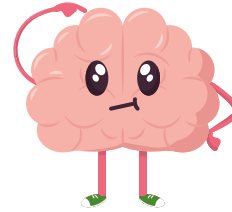
Alors, si parfois tu penses que tu es nul ou nulle dans une matière à l'école ou dans la vie, en réalité, tu n'es pas nul. Tu as besoin de construire des chemins dans ton cerveau.

Et ça, c'est ton super pouvoir !



*Et si d'autres personnes disent que tu es nul, ils ont besoin de reprogrammer leur cerveau : quel nouveau programme il faudrait installer selon toi ?*

# Y a quoi dans mon cerveau ?



## C'est quoi un neurone ?

Un neurone, c'est comme un petit messenger dans ton cerveau.

Ce sont des sortes de mini créatures avec des bras longs qui s'envoient des messages entre elles.


Quand tu penses, quand tu bouges, quand tu ressens quelque chose ou quand tu apprends, les neurones s'activent et se parlent :

- "Hé ! Dis-lui de bouger la main !"
- "On a une nouvelle idée !"
- "C'est chaud ici, attention !"

Ils s'envoient des messages très vite, comme des éclairs, pour que tout ton corps et ton cerveau puissent fonctionner ensemble.

Et quand tu apprends, les neurones font de nouveaux liens entre eux, un peu comme s'ils se donnaient la main pour mieux coopérer.

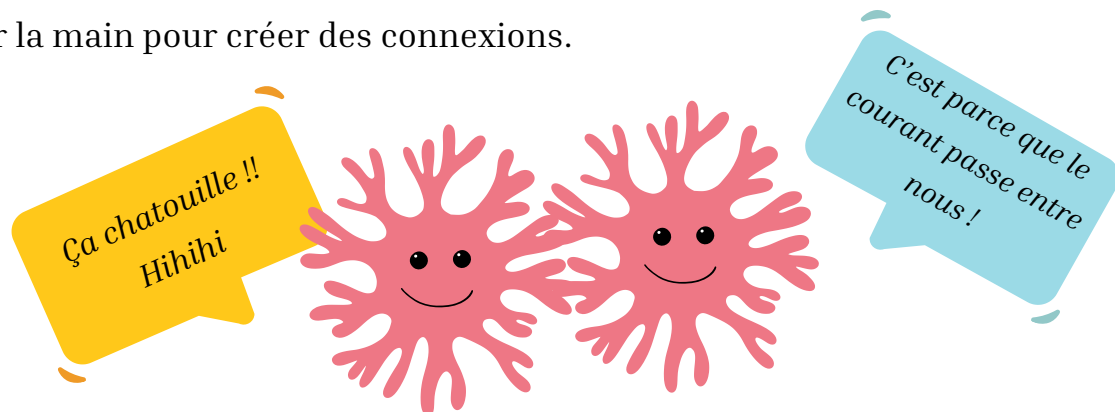
## Et y en a combien ?

 → 100 milliards ! Tu imagines tout ce que tu peux faire avec 100 milliards de neurones ?



# Comment on fait pour créer de nouveaux chemins dans le cerveau ?

Comme je t'ai dit, dans ton cerveau, il y a plein de petits neurones (on peut les imaginer comme des bonhommes rigolos avec de grands bras) qui aiment se donner la main pour créer des connexions.



Quand tu apprends quelque chose de nouveau (comme lire, faire un calcul, ou jouer d'un instrument), ces neurones essaient de se connecter entre eux.

Mais au début, ils ne se connaissent pas encore bien. Alors c'est normal que ce soit un peu difficile. C'est comme quand tu commences un puzzle : il faut du temps pour trouver les bons morceaux.



## Et maintenant, la super nouvelle

Personne n'est "nul". C'est juste que certains neurones n'ont pas encore fait assez de connexions. Mais si tu continues d'essayer, encore et encore, de nouvelles connexions se créent. C'est comme si les neurones se disaient :

"Ah ok, maintenant j'ai compris ce que tu veux faire ! Viens, on s'organise mieux !"

Et plus tu t'entraînes, plus ces connexions deviennent solides, comme des chemins qu'on transforme en autoroutes. Ça ne veut pas dire que tu réussiras parfaitement, ça signifie que tu feras de mieux en mieux, et c'est déjà très bien.

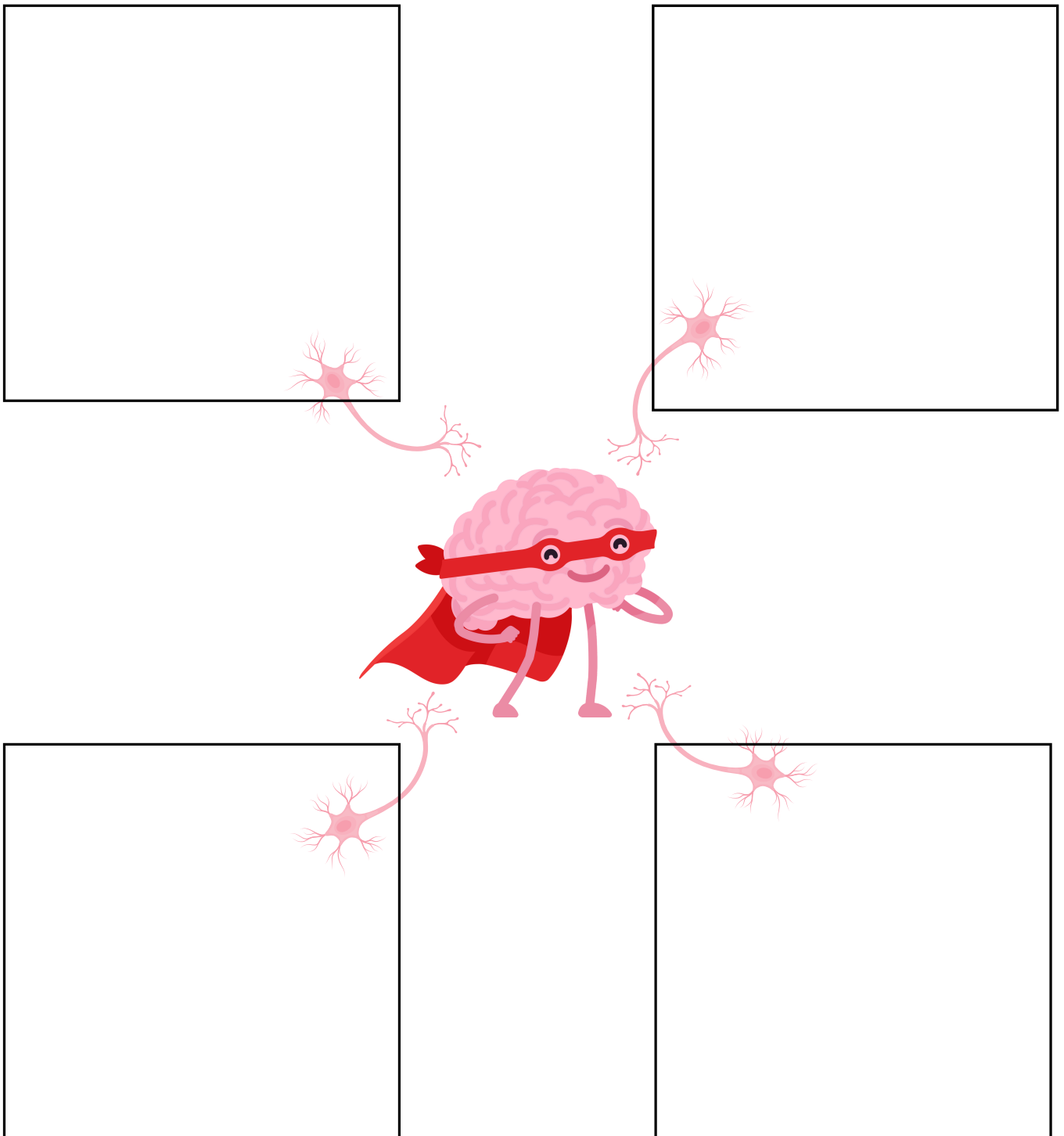
Donc non, tu n'es pas nul.

Tu es juste en train de construire ton cerveau, comme un petit architecte.

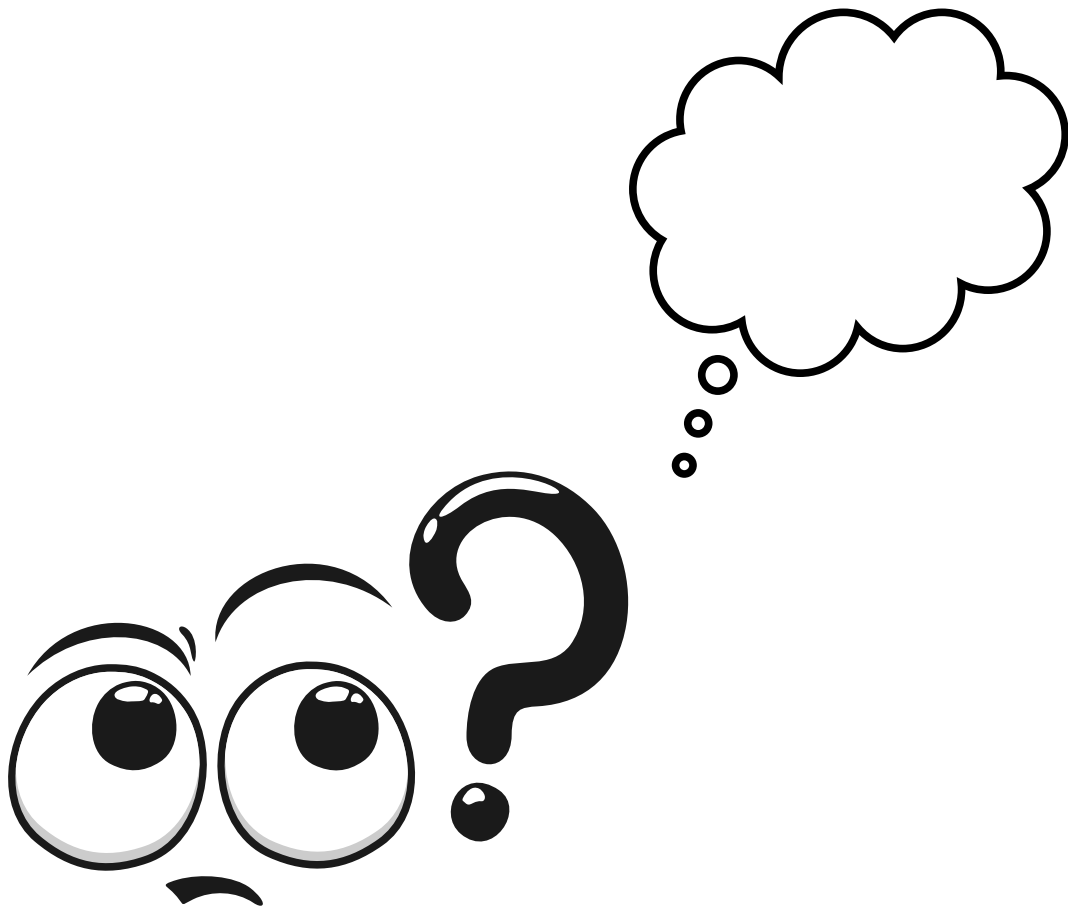
# Activité : je crée de nouveaux chemins dans mon cerveau



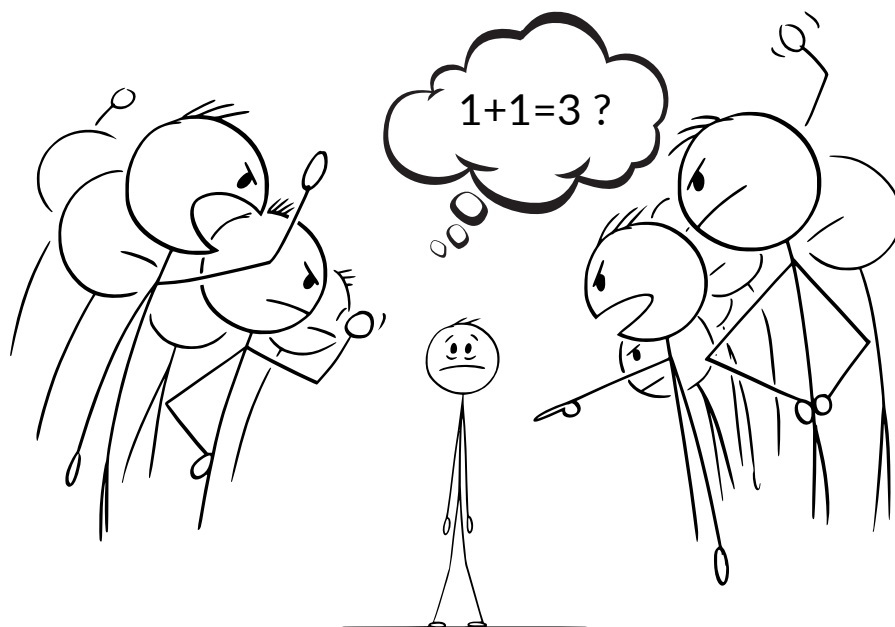
*Voici un cerveau, ton cerveau. Autour de lui, écris ou dessine les nouveaux chemins que tu veux qu'il fabrique. Par exemple, apprendre à faire du vélo, devenir meilleur en sport, améliorer la lecture, t'exprimer plus gentiment, etc.*



**Quand les autres se  
trompent, je fais quoi ?**



*Parmi ces illustrations, explique à chaque fois ce que la réaction des gens fait ressentir à l'autre.*



**1**

**2**

*Comment réagissent les personnages ici ?*

---

---

---

*Qu'est-ce que ça fait ressentir ?*

---

---

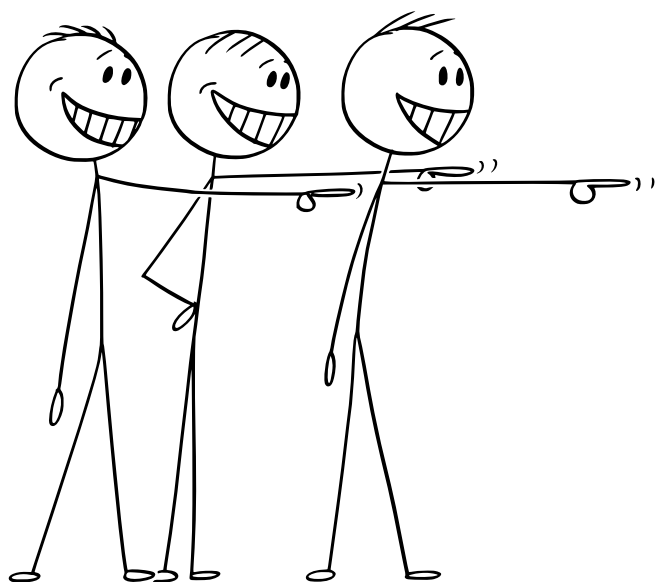
---

*Tu penses quoi de cette réaction ?*

---

---

*Parmi ces illustrations, explique à chaque fois ce que la réaction des gens fait ressentir à l'autre.*



1

2

*Comment réagissent les personnages ici ?*

---

---

---

*Qu'est-ce que ça fait ressentir ?*

---

---

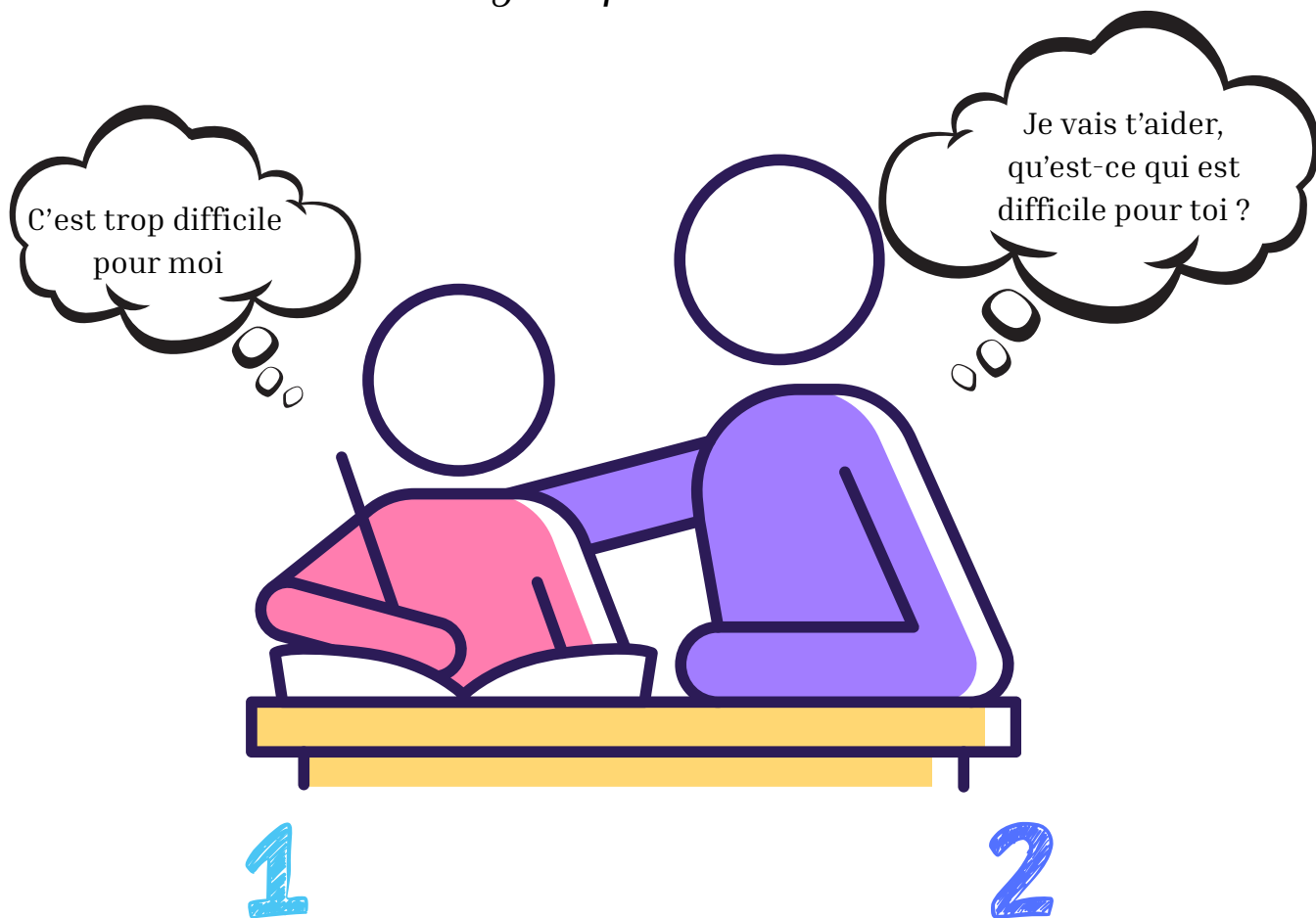
---

*Tu penses quoi de cette réaction ?*

---

---

*Parmi ces illustrations, explique à chaque fois ce que la réaction des gens fait ressentir à l'autre.*



*Comment réagissent les personnages ici ?*

---

---

---

*Qu'est-ce que ça fait ressentir ?*

---

---

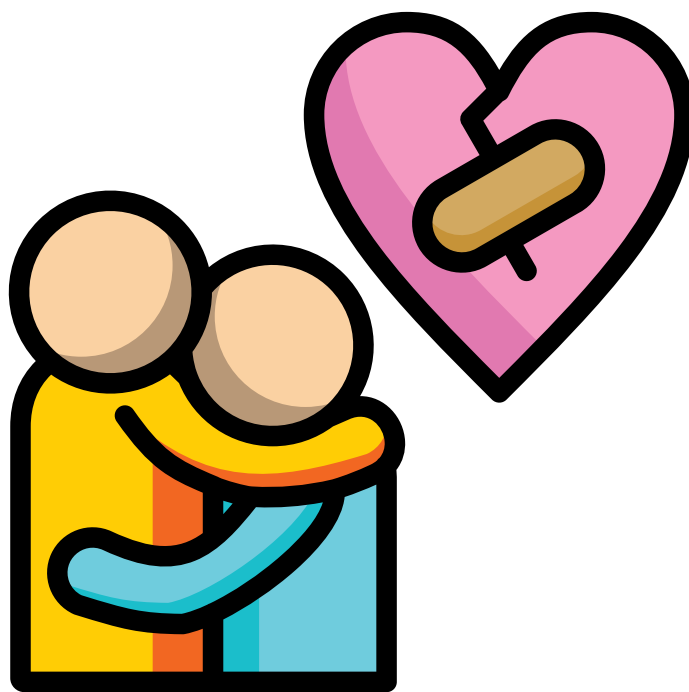
---

*Tu penses quoi de cette réaction ?*

---

---

*Parmi ces illustrations, explique à chaque fois ce que la réaction des gens fait ressentir à l'autre.*



1

2

*Comment réagissent les personnages ici ?*

---

---

---

*Qu'est-ce que ça fait ressentir ?*

---

---

---

*Tu penses quoi de cette réaction ?*

---

---

Quand une personne se trompe, est-ce qu'il faut l'accuser ? Pourquoi ?

---

---

Quand une personne se trompe, est-ce qu'il faut se moquer ? Pourquoi ?

---

---

Si on se moque d'une personne qui se trompe, qu'est-ce que ça fait ressentir ?

---

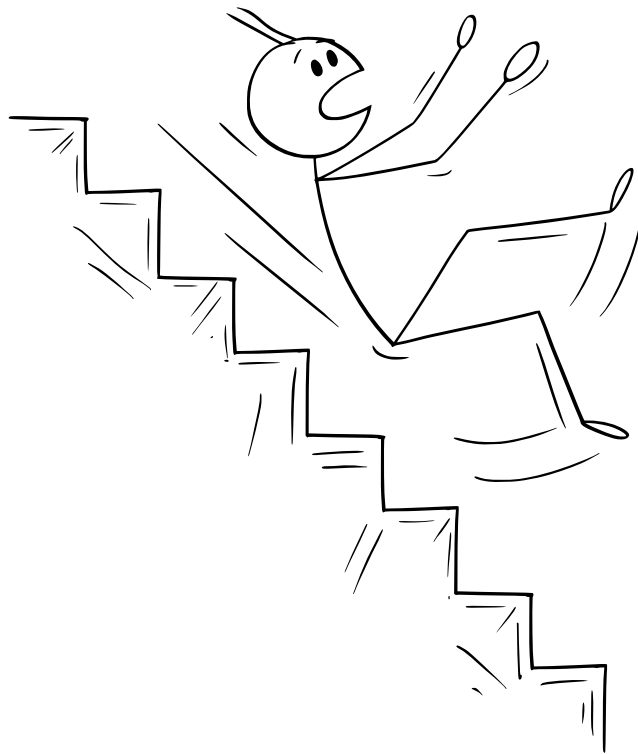
---

Que peut-on faire quand une personne se trompe ?

---

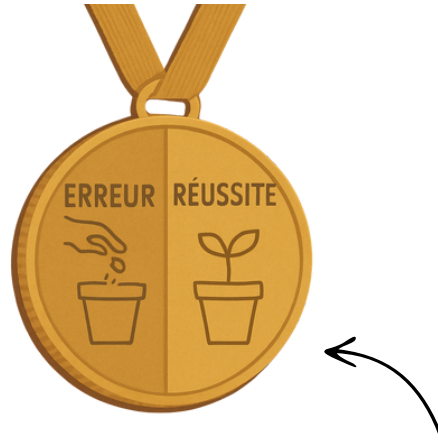
---

# L'échec, c'est quoi ?



*“L'échec fait partie intégrante de notre réussite. L'échec, c'est l'envers de la réussite.”*

*Adonis*



Que signifie cette phrase pour toi ? Aide-toi du dessin pour réfléchir, ou demande aux autres.

---

---

Mais au fait, c'est quoi un échec ? Donne des exemples.

---

---

Alors, ça veut dire quoi échouer pour toi ?

---

---

*“Je n'ai pas échoué, j'ai trouvé dix milles moyens qui ne fonctionnent pas”*

**Thomas A. Edison**

Que signifie cette phrase pour toi ?

---

---

Est-ce que tu la trouves étonnante ? Si oui, qu'est-ce qui t'étonne ?

---

---

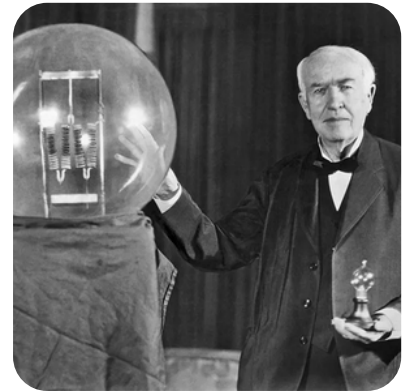
Demande à d'autres personnes ce que cette phrase veut dire pour elles, tu découvriras d'autres façons de voir les choses peut-être.

---

---

*“Je n'ai pas échoué, j'ai trouvé dix milles moyens qui ne fonctionnent pas”*

*Thomas A. Edison*



*Tu connais Thomas Edison ?*

*C'était un inventeur ! Il a vécu il y a très longtemps, dans un pays qui s'appelle les États-Unis. Petit, il avait du mal à rester tranquille à l'école, et ses professeurs disaient qu'il n'était pas très bon élève... Mais lui, il posait plein de questions et adorait comprendre comment les choses fonctionnent !*

*Un jour, il a eu une idée : inventer une lampe qui pourrait s'allumer sans feu ni bougie. Après des centaines et des centaines d'essais, il a réussi à créer la première ampoule électrique !*

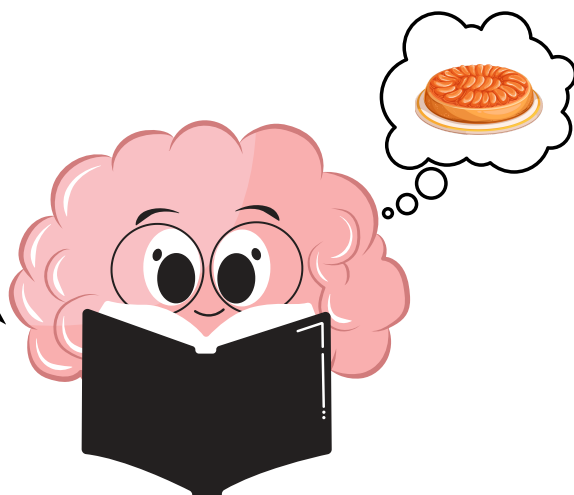
*Mais avant d'y arriver... il s'est trompé, beaucoup. Un jour, on lui a demandé s'il n'était pas découragé de faire autant d'erreurs. Et tu sais ce qu'il a répondu ?*

*"Je n'ai pas échoué. J'ai juste trouvé 10 000 façons qui ne fonctionnent pas."*

*Et tu sais quoi ? Les découvertes scientifiques se font aussi à partir d'erreurs !*

*Et la tarte tatin a été découverte en faisant une erreur dans la recette.*

*Elles sont trop fortes les erreurs. Tiens, je vais faire une tarte tatin moi !*





Si tu devais retenir quelque chose de ce que dit Thomas Edison, ce serait quoi ?

---

---



Est-ce que les erreurs sont des ennemies ?

---

---



Est-ce qu'il faut éviter de faire des erreurs ?

Oui, par exemple :

---

---

---

Non, par exemple :

---

---

---



"Quand tu fais une erreur, ça t'évite de refaire LA même erreur, mais ça n'empêche pas de refaire DES erreurs"

Eden, 10 ans



“Quand tu fais une erreur, ça t’évite de refaire LA même erreur, mais ça n’empêche pas de refaire DES erreurs” Eden, 10 ans

Quelle est la différence entre refaire la même erreur et refaire des erreurs ?

---

---

Est-ce que parfois on refait les mêmes erreurs ? Pourquoi ? Donne des exemples.

---

---

Et toi, penses-tu que c’est grave de refaire les mêmes erreurs ? Demande aux autres ce qu’ils en pensent pour découvrir de nouvelles idées.

---

---



Ici, tu vas écrire des erreurs que tu fais

Ici, tu vas écrire tout ce qu'elles t'apprennent



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

Alors, tes erreurs, est-ce qu'elles sont utiles ?

---

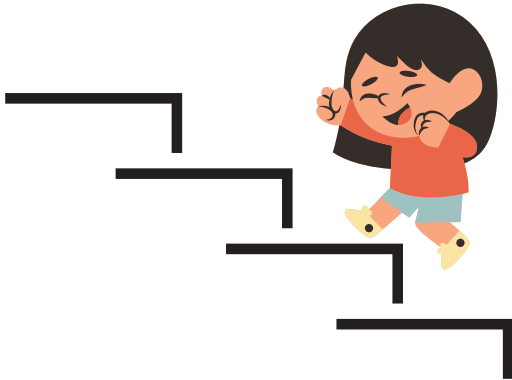
---

**Mes erreurs passées  
sont les réussites de  
mon avenir**



3

Comment pourras-tu surmonter tes prochaines erreurs ?



Four horizontal lines for writing.

2

Pour chacune de ces erreurs, réfléchis à ce que tu as réussi à apprendre

Four horizontal lines for writing.



1

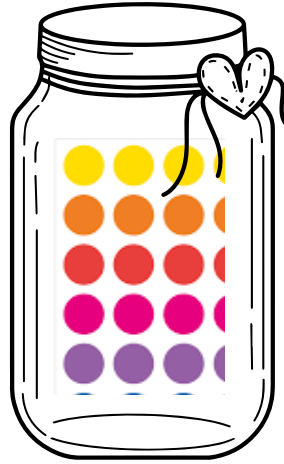
Cite 3 moments où tu as fait des erreurs, et qui t'ont rendu triste



Three horizontal lines for writing.

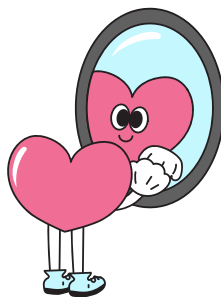


# J'apprends de mes erreurs, jour après jour



Prends un bocal de ton choix, un carton ou une boîte à chaussures. Quand tu sens que tu as fais une erreur, colle une gommette sur le bocal ou la boîte.

Puis, demande-toi ce que tu as appris. Ensuite, tu peux écrire ce que tu as appris de ton erreur et mettre le papier dans le bocal, tu verras tout ce que tu as appris ! Ça va te donner confiance en toi.



Demande de l'aide à quelqu'un pour écrire si tu as besoin.

# La machine à voyager dans le temps

Voici une machine à voyager dans le temps. Tu vas pouvoir imaginer ton futur.

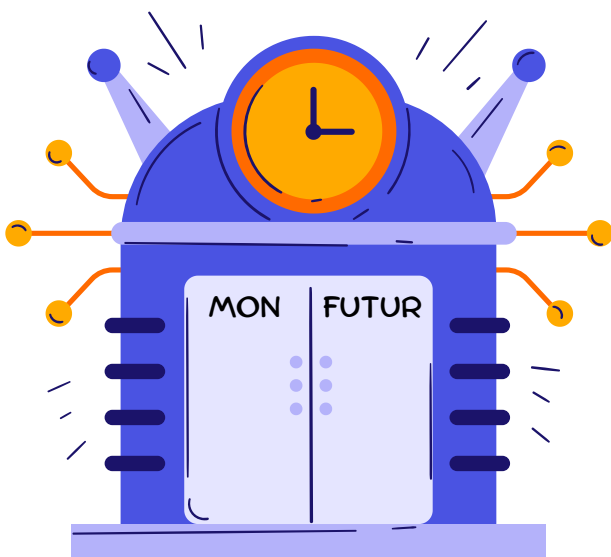
Le futur est totalement inconnu alors tu peux imaginer **tout ce que tu veux** ! Quand tu auras écrit ou dessiné ton futur, tu imagineras plusieurs étapes pour réaliser ton futur, et tu mettras tout ça dans la machine à voyager dans le temps. Tu n'es pas obligé d'écrire un futur réaliste, tu peux jouer à imaginer des trucs dingues ! Le plus important ? C'est que ton cerveau s'entraîne à inventer des solutions.

👉 *“Mais Nadia, j'ai de mauvaises notes en maths et j'aimerais devenir astronaute, c'est impossible !”*

**Gustave Flaubert, grand écrivain français, avait de très mauvaises notes en orthographe.**

Un jour, Mark Twain a dit *“Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait”*. Imagine que tout est possible et imagine le futur que tu souhaites vivre. Même si ce futur ne plaît pas aux autres, ce n'est pas leur futur, c'est le tien.

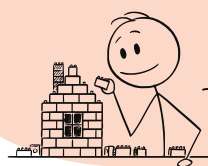
Et ce qui est bien avec le futur, c'est qu'on peut le réinventer quand on veut, et changer d'avis !



*Et si tu construisais une machine à remonter dans le temps ? Décore-la comme tu veux*

## Matériel

- Carton, boîtes de mouchoir ou papier cartonné
- Ciseaux
- Colle ou scotch
- Feutre ou peinture (n'oublie pas le tablier pour protéger tes vêtements)



*Moi je vais la faire avec des lego ou des kapla, je préfère.*



*Pour y arriver, je vais imaginer plusieurs étapes, des petites étapes très faciles !*

*J'imagine mon futur idéal*

---

---

---

---

---

---

①

②

③

④

⑤

⑥

---

---

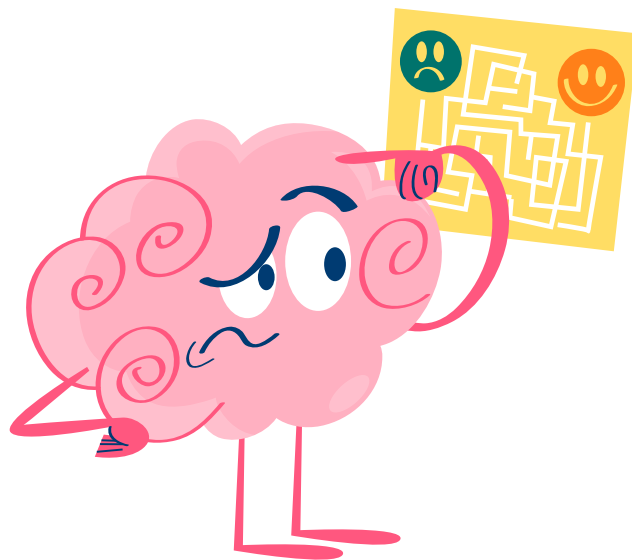
---

---

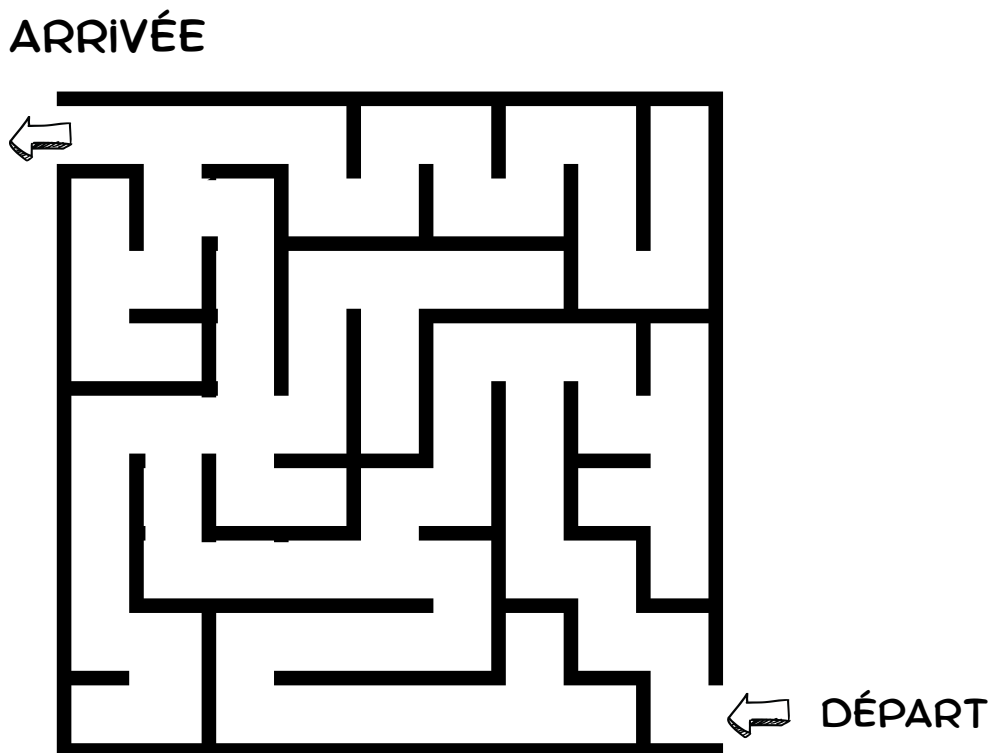
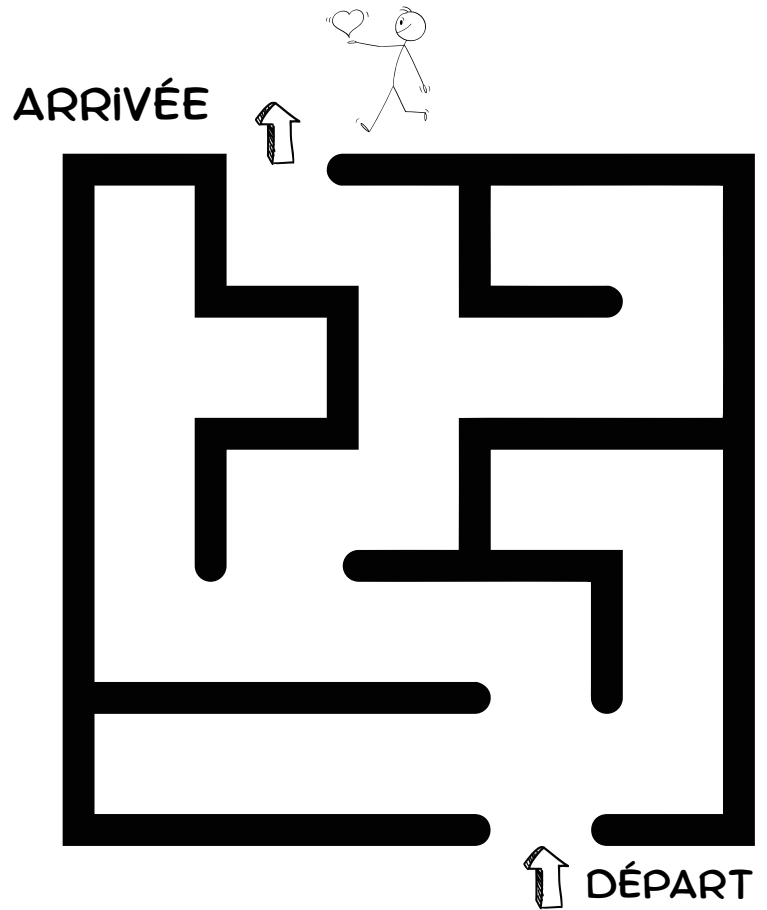
---

---

# La réussite est un labyrinthe



Trouve le chemin qui mène à l'arrivée. Tu  
peux te faire aider.

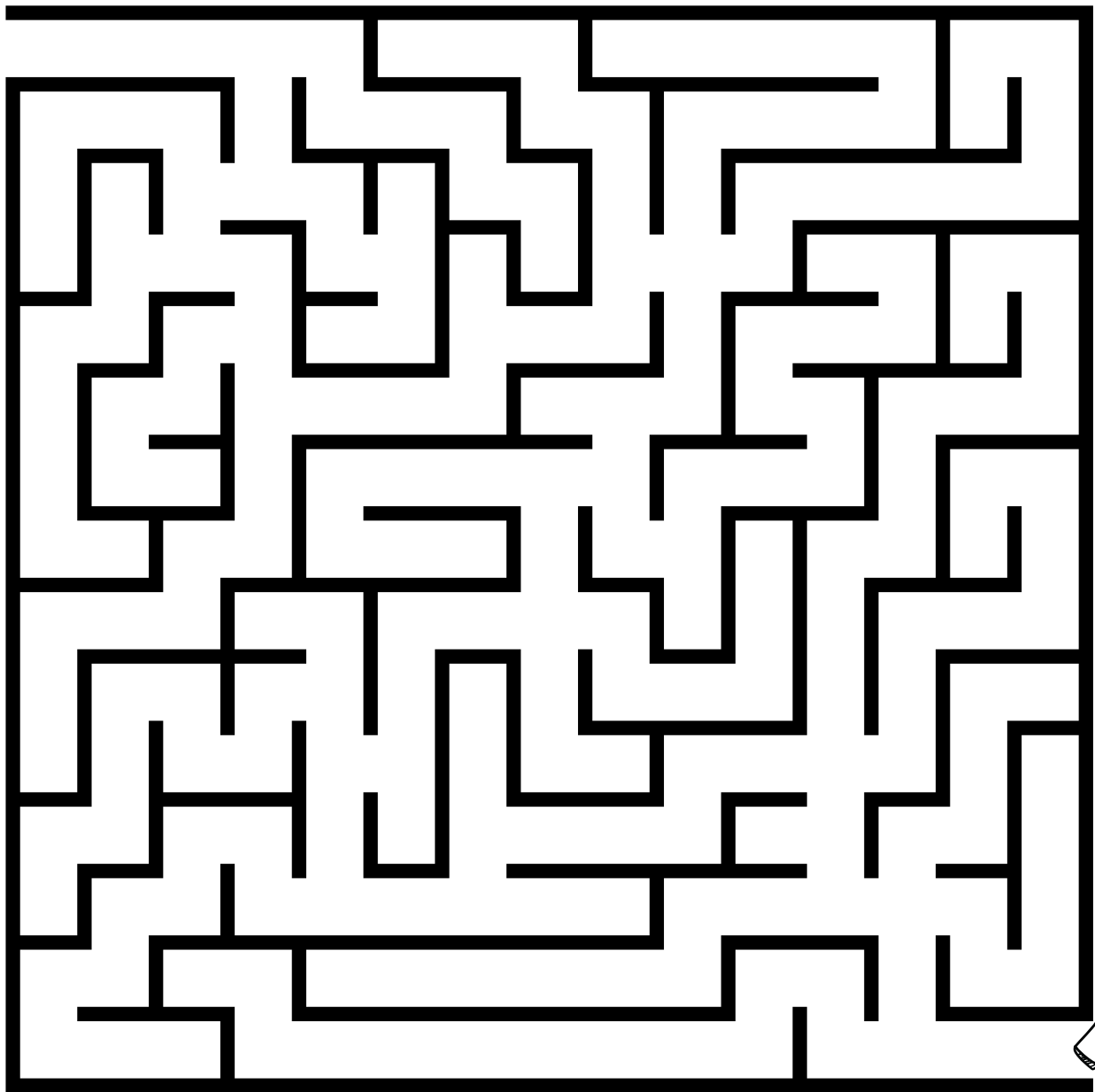


Trouve le chemin qui mène à l'arrivée. Tu  
peux te faire aider.

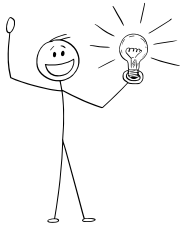
*Selon ton âge, ce labyrinthe sera plus difficile. Fais de ton mieux,  
tu n'es pas obligé de réussir, nous t'aimerons tout autant.*



ARRIVÉE



DÉPART



# N'y a t-il qu'un chemin vers la réussite ?

Comment as-tu fais pour arriver au bout du labyrinthe ?

---

---

---

Penses-tu qu'on pourrait s'y prendre autrement ? Essaie de trouver d'autres façons d'atteindre l'arrivée.

---

---

---

Réussir, est-ce toujours facile ? Pourquoi ?

---

---

---

Peut-on toujours réussir du premier coup ?

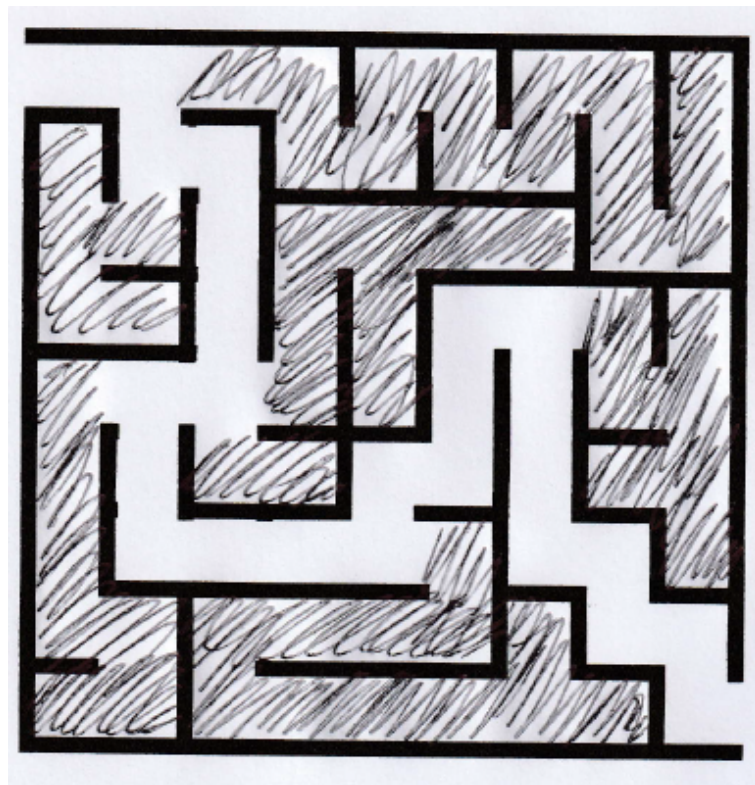
---

---

---

C'est drôle ! Quand j'étais enfant, je commençais toujours les labyrinthes par la fin. Je ne saurais pas expliquer pourquoi, mais ça me semblait plus facile. Pour certains, le plus facile est de commencer par le début. Et sais-tu qu'on pourrait faire différemment encore ?

Regarde, j'ai commencé par colorier tous les endroits qui sont des impasses, tous les endroits qui sont bloqués. Et là, le chemin est apparu !



Le chemin pour réussir n'est pas toujours le même pour tout le monde. Alors tu as le droit de trouver ton chemin et ta façon de faire.

# Le jeu du sans faute !



## Excitation et

## pression

# Pour les prochaines activités, il faut qu'un adulte anime les jeux, et toi, tu joues.



*Attention : cette activité est la préférée des enfants !*

*Aujourd'hui, on va jouer à plusieurs petits jeux !*

*Chut 🤫... tu n'as pas le droit de regarder les pages des jeux avant, sinon c'est de la triche !*

*Dans chaque jeu, il y a une règle à suivre.*

*Et attention : tu n'as qu'une seule chance.*

*Si tu te trompes, tu ne peux pas recommencer ce jeu.*

*Mais tu peux continuer à regarder les autres jouer si vous êtes plusieurs.*

*Ne t'inquiète pas, je t'expliquerai toujours ce qu'il faut faire.*

*Prêt ? On commence !*



*Les enfants n'ont vraiment qu'une seule chance, ça fait partie de l'activité !*

## *Pour les parents*

Si vous jouez en famille, faites le jeu comme indiqué. Si l'enfant joue seul, alors ajoutez un chronomètre pour pimenter l'activité.



# Jeux n°1 : Le mot à épeler



Avec peu d'enfants

Chacun votre tour, vous allez devoir épeler un mot le plus vite possible sans faire d'erreurs, sinon vous êtes éliminés. Celui qui a épelé le plus de mots a gagné.

*Adaptez-vous à l'âge des enfants en choisissant des mots qu'ils sont susceptibles de connaître mais sans oublier d'y mettre de la difficulté pour les aider à penser que pour réussir il faut bien choisir ses objectifs.*

Philosophie

Camouflage

Saucisson

Crocodile

Invisibilité

Galaxie

Éléphant

Papillon

Carapace

Chocolatine

Montgolfière

Spaghetti

Abracadabra

Dictionnaire

Hippopotame



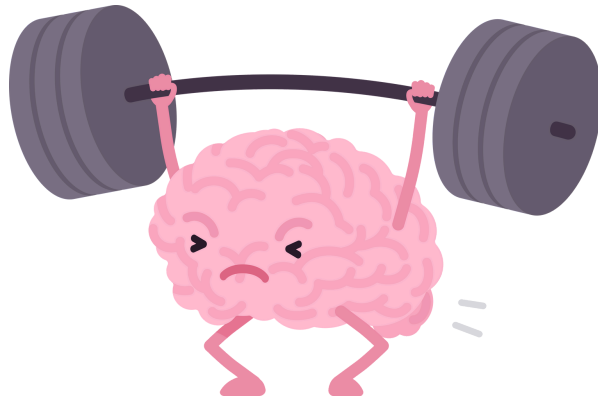
En classe entière

Prenez votre ardoise. Je vais vous donner un mot et vous devez l'écrire sans faire d'erreurs. Quand vous avez terminé, levez l'ardoise pour que je vois si vous avez fait une erreur ou non. Si vous avez fait une erreur, vous arrêtez de jouer.

## Consigne pour l'enseignant/animateur

*Vous allez "jouer" vous aussi! Donnez des mots faciles au même enfant et des mots plus difficiles aux autres. Ils devront dire s'ils ont décelé une injustice, ce sera utile pour la suite de l'activité. Vous trouvez les mots de la liste trop difficiles ? Oui, ça fait partie du jeu !*

## Jeux n°2 : La mémoire en chaîne



Je vais dire deux mots. La première personne les répète.

Ensuite, j'ajoute un mot. La deuxième personne répète les trois mots.

Puis j'en ajoute un autre, et la troisième personne doit répéter les quatre mots.

Et ainsi de suite...

Si quelqu'un se trompe ou oublie un mot, il s'arrête et est éliminé du jeu.

Chat	Chouette	Papillon	Hélicoptère
Pain	Vélo	Camionneur	Kangourouette
Lune	pirate	Crocodile	Pâtisserie
Main	Bonbon	Téléphone	Abracadabra
Nez	Maison	Chocolat	Diplodocus

Exemple

Adulte : Chat pain

Enfant 1 : Chat pain

Adulte : Chat pain lune

Enfant 2 : Chat pain lune



## Jeux n°3 : Le mot à l'envers



Je vais te dire un mot.

Ton défi : le dire à l'envers. Pas en marchant à l'envers hein, en disant les lettres ou les sons dans l'autre sens. Par exemple, si je dis « chat », tu devras dire « t-a-h-c ».

Tu n'as droit qu'à un seul essai. Concentre-toi bien.

Chat	Chouette	Papillon	Hélicoptère
Pain	Vélo	Camionneur	Kangourouette
Lune	pirate	Crocodile	Pâtisserie
Main	Bonbon	Téléphone	Abracadabra
Nez	Maison	Chocolat	Diplodocus

## Jeux n°4 : Ni oui ni non



Dans ce jeu, tu n'as pas le droit de dire "oui" ou "non".  
Je vais te poser des questions. Tu dois me répondre, mais  
sans jamais dire ces deux mots-là.

Par exemple, si je te demande : "Tu aimes le chocolat ?"

Tu peux dire : "Beaucoup !" ou "Bien sûr", mais pas  
"oui".

Si tu dis "oui" ou "non", c'est fini pour toi dans ce jeu.

Essaie de garder ton calme et de bien écouter.

Avec peu d'enfants



Les enfants s'interrogent les  
uns les autres

En classe entière  
ou un parent



L'adulte peut aussi  
interroger en cascade les  
enfants, attention, ça doit  
aller vite !



# Que s'est-il passé ?

## Séquence débat



### Questionnement à partir du ressenti

- Est-ce qu'on peut s'amuser quand on n'a pas le droit de se tromper ?
- Est-ce que se tromper, ça fait peur ? Pourquoi ?
- Est-ce que vous vous êtes sentis jugés ? Si oui, par qui ?
- Qu'est-ce que ça change quand on est éliminé d'un jeu à la moindre erreur ?

### Questionnement sur la réussite



- Est-ce que réussir du premier coup, c'est toujours mieux ?
- Est-ce qu'on peut apprendre sans se tromper ?
- Est-ce que la réussite est plus belle quand on a surmonté des difficultés ?

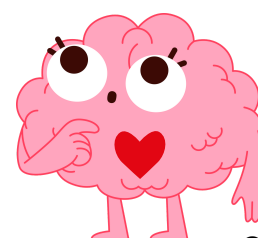
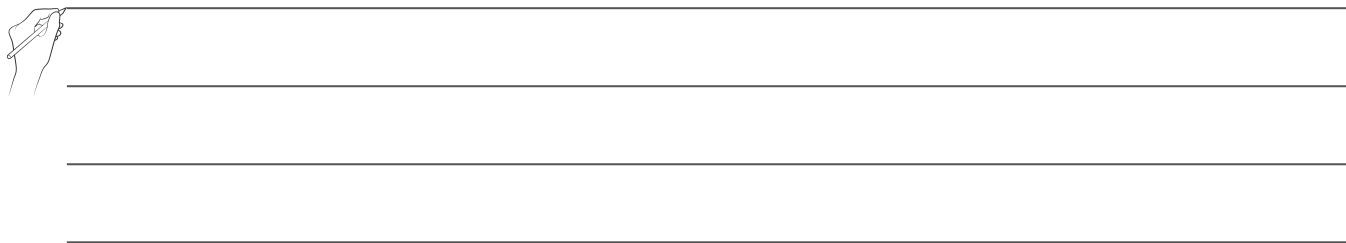
# Que s'est-il passé ?

## Séquence débat

- Qu'est-ce que vous retenez de cette expérience ?
- Si on rejouait demain, qu'est-ce que vous aimeriez changer dans les règles du jeu?
- Et dans la vie, est-ce que vous pensez qu'on devrait avoir le droit de se tromper ? Pourquoi ?

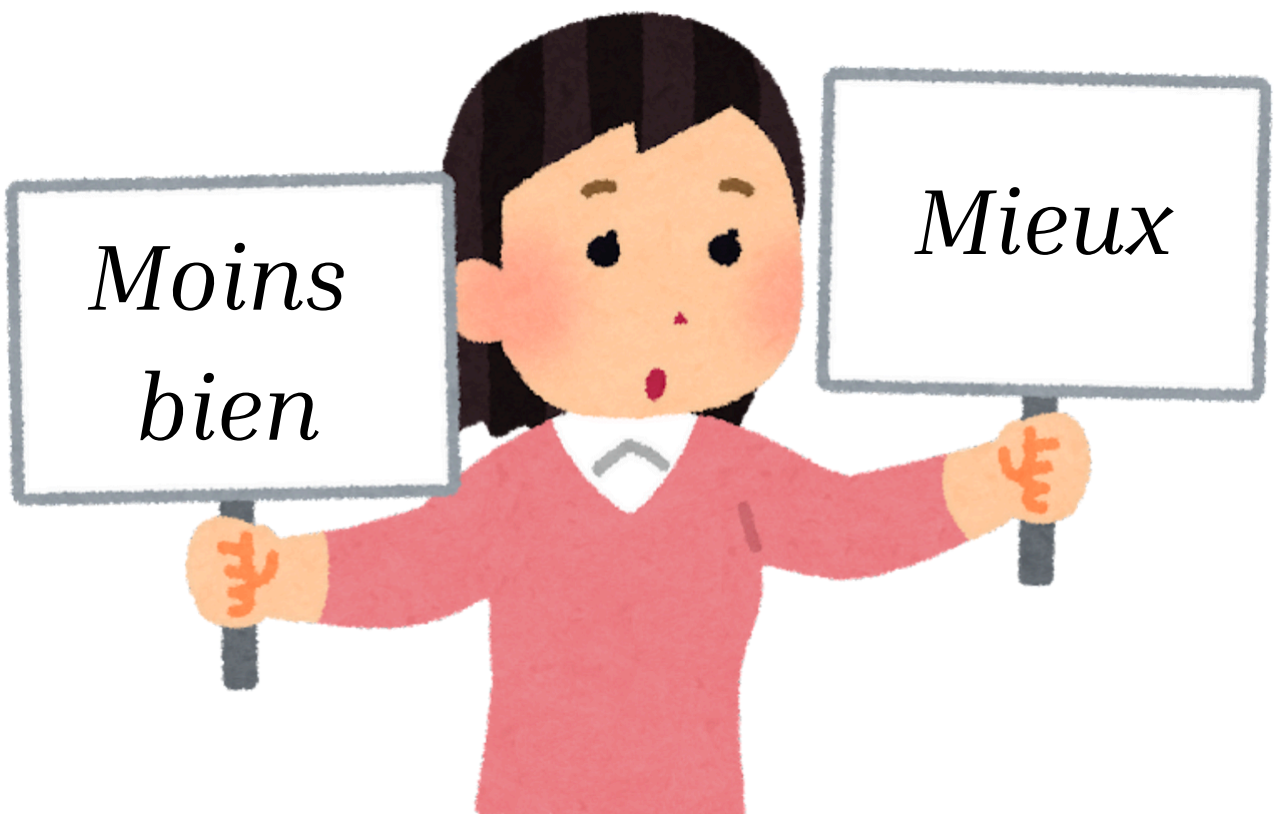
Propose une phrase à compléter à l'écrit ou à l'oral :

« Pour moi, se tromper, c'est... »

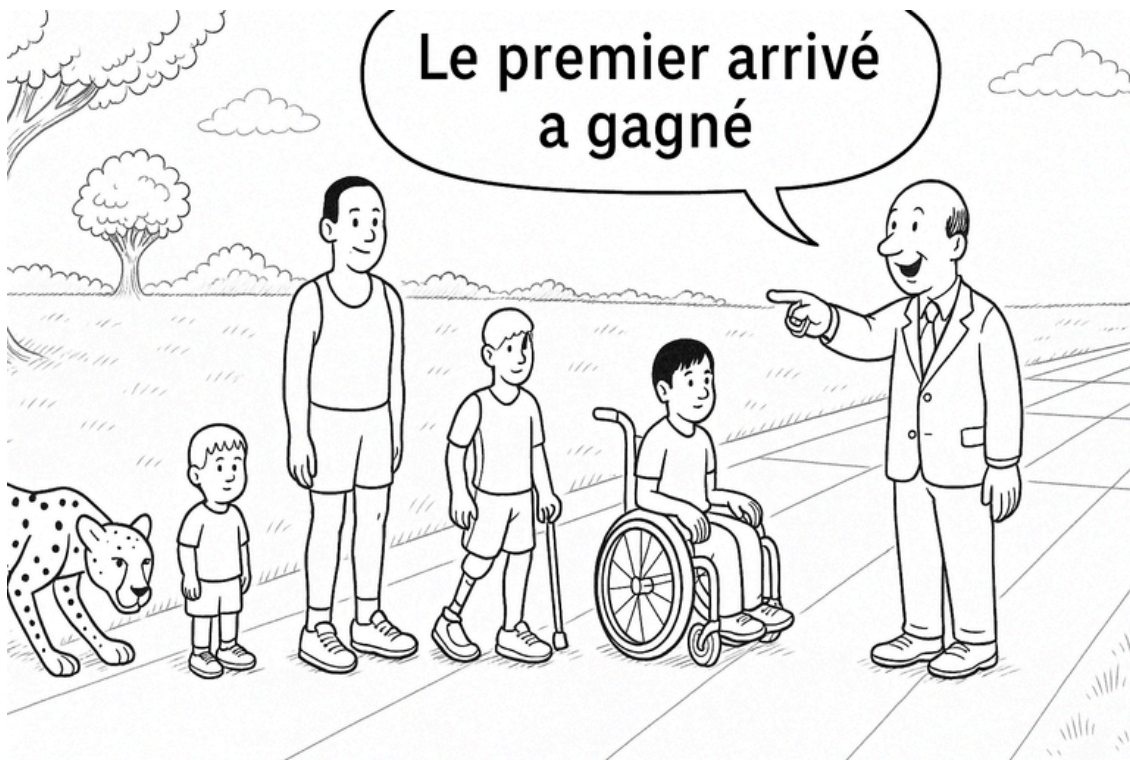


# La compétition

Faut-il se comparer  
aux autres ?



## La compétition et se comparer aux autres, c'est utile ?



Observe ce dessin et dis ce que tu vois.

- Peut-on deviner qui va gagner ?
- Peut-on deviner qui va perdre ?
- Le gagnant a-t-il du mérite ?
- Le perdant est-il nul ?

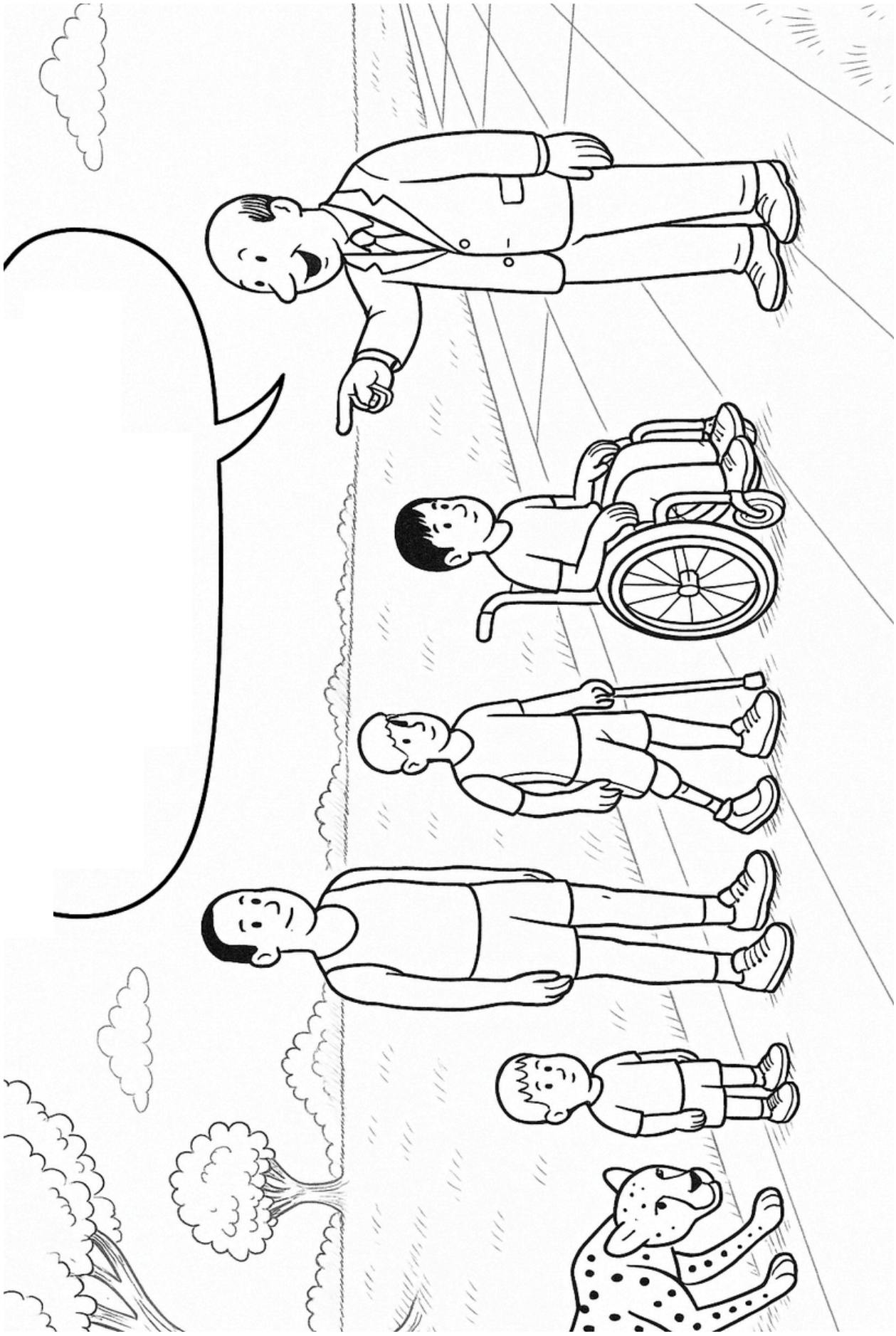
*Est-ce qu'il y a quelque chose qui cloche dans cette image ?*

*IMAGINE CE QUE CHAQUE PERSONNAGE DIRAIT À L'ARBITRE POUR T'AIDER*

**EN CLASSE : Faites un jeu de rôles. Chaque enfant incarne un personnage et ils improvisent le dialogue avec l'arbitre.**

Qu'est-ce que nous apprend cette image ?

- Avons-nous tous les mêmes capacités au départ ? Pourquoi ? Tu as des exemples ?
- Si tu devais changer les règles, que choisirais-tu ?



## Tu peux colorier le dessin

Qu'est-ce que peut dire l'arbitre pour que ce soit plus juste ?

# Prolongement de la discussion

## Questionnement sur la comparaison



- Est-ce que se comparer aux autres est utile ? Toujours ?
  - Quand est-ce utile ? Quand n'est-ce pas utile ?
    - Tu peux donner des exemples à chaque fois.
- Est-ce que se comparer aux autres ça peut poser problème ? Lesquels ?
  - Tu peux donner des exemples à chaque fois.
- Voir les autres réussir, ça encourage ou ça décourage ?
  - Dans quels cas ça encourage ?
  - Dans quels cas ça décourage ?
- Est-ce que comparer ses résultats scolaires aux autres est utile ?
- Est-ce qu'on a tous les mêmes capacités ?

## Questionnement sur la compétition



- La compétition : ça aide ou ça n'aide pas ?
  - Dans quelles situations ça aide ?
  - Dans quelles situations ça n'aide pas ?
- Si on est en compétition, est-ce que ça veut dire qu'il ne faut pas aider les autres ?
- Est-ce qu'il faut être le meilleur ?
- Est-ce que perdre veut dire qu'on est nul ?

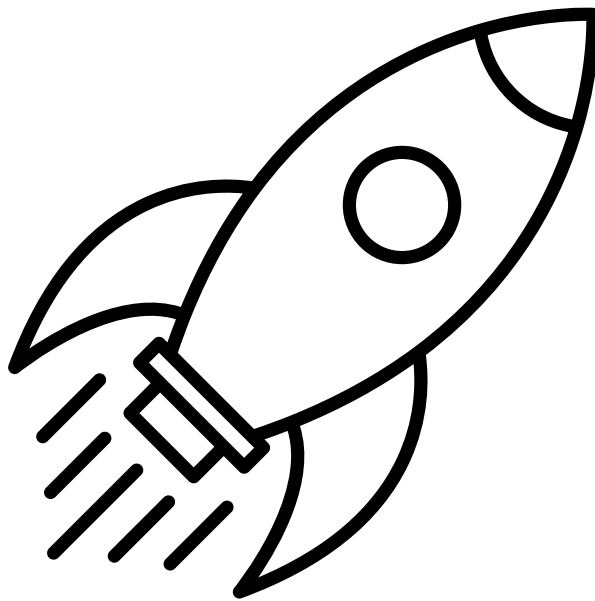
## Imagine



### Imagine une école ou une famille idéale :

- Est-ce qu'on compare les enfants entre eux ?
- Comment on ferait pour aider les enfants à progresser ?
- Est-ce qu'on pourrait imaginer un monde où comparer les gens, ce serait pour s'aider à grandir et non pour se moquer ? Comment on ferait ?

# Recette

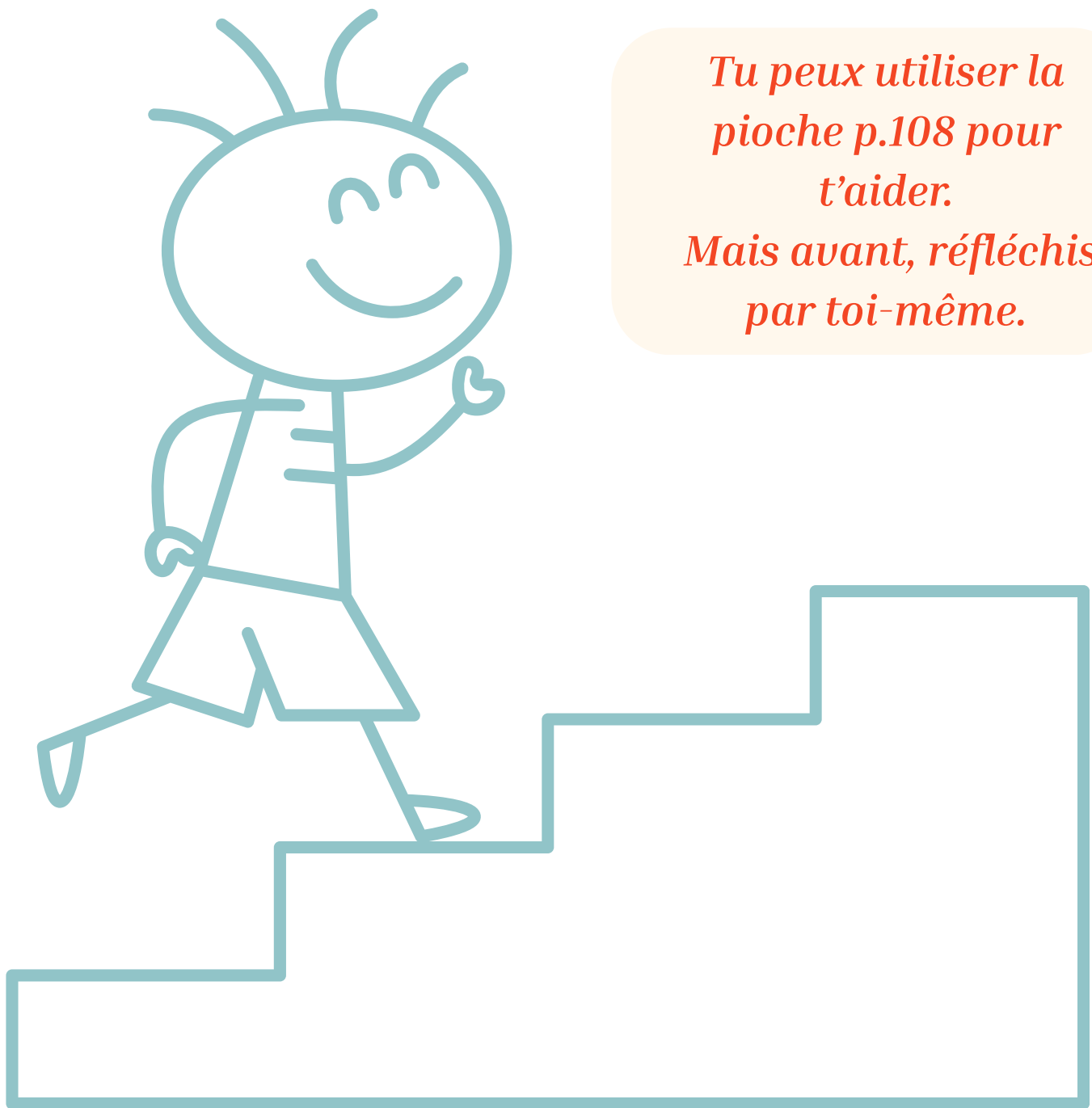


## Pour progresser

*Pour une projection en classe, vous pouvez télécharger le powerpoint en cliquant sur ce lien*

*[Accéder à l'activité](#)*

**Trouve dans les situations ce qui  
aiderait les personnages à  
progresser malgré les difficultés.**



*Tu peux utiliser la  
pioche p.108 pour  
t'aider.  
Mais avant, réfléchis  
par toi-même.*

Léon veut apprendre à faire du vélo sans petites roues.

Il avait très peur mais s'est lancé. Il est tombé deux fois et n'ose plus essayer.



- Qu'est-ce qui le bloque ou le rend triste ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'il a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a-t-il besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Écris les premiers ingrédients pour créer une recette qui garantit de progresser.

Samia a très envie de lever la main  
en classe.

Elle a peur de se tromper et que  
les autres se moquent d'elle.



- Qu'est-ce qui la bloque ou la rend triste ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'elle a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a t-elle besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Rajoute un ou des ingrédients nouveaux pour compléter la recette qui garantit de progresser.

Maxime essaye d'écrire une histoire, mais il fait plein d'erreurs.

Il dit qu'il ne sait pas écrire et qu'il n'y arrivera jamais.



- Qu'est-ce qui le bloque ou le rend triste ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'il a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a t-il besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Écris les premiers ingrédients pour créer une recette qui garantit de progresser.

Inès n'arrive pas à finir un puzzle qu'elle a commencé.  
Elle dit qu'elle est nulle et abandonne à chaque fois.



- Qu'est-ce qui la bloque ou l'énerve ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'elle a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a-t-elle besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Rajoute un ou des ingrédients nouveaux pour compléter la recette qui garantit de progresser.

Pedro veut apprendre à faire des multiplications.

Il trouve ça trop compliqué et a envie de pleurer, mais il a honte



- Qu'est-ce qui le bloque ou le rend triste ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'il a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a t-il besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Rajoute un ou des ingrédients nouveaux pour compléter la recette qui garantit de progresser.



Yasmine veut réussir une figure de danse qu'elle adore.

Elle répète encore et encore, mais n'est jamais satisfaite. Elle veut abandonner la danse.

- Qu'est-ce qui la bloque ou l'énerve ?
- Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'elle a déjà fait de bien pour apprendre ?
- De quoi a-t-elle besoin pour progresser ?
- Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?

Rajoute un ou des ingrédients nouveaux pour compléter la recette qui garantit de progresser.

Nora rêve d'apprendre à dessiner un cheval.  
Elle compare toujours ses dessins à ceux des  
autres qui réussissent mieux qu'elle.



- Qu'est-ce qui la bloque ou la rend triste ?
  - Dans ce qu'on lit, qu'est-ce qu'elle a déjà fait de bien pour apprendre ?
  - De quoi a-t-elle besoin pour progresser ?
  - Quel serait ton conseil principal pour l'aider ?
- 
- Rajoute un ou des ingrédients nouveaux pour compléter la recette qui garantit de progresser.

# BESOIN D'AIDE ?

Pioche parmi ces ingrédients pour aider nos personnages à progresser



L'envie d'apprendre



De la confiance en soi



Accepter ses erreurs



De la patience



De la persévérance



Être gentil avec soi-même

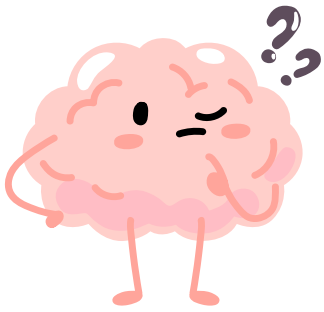


Demander de l'aide



Du courage





## Tu en penses quoi ?

Que penses-tu de cette recette ?

---

---

Changerais-tu des ingrédients ? Si oui, lesquels et pourquoi ?

---

---

Est-ce qu'il manque un ingrédient selon toi ? Lequel ajouterais-tu ?

---

---

Quel est l'ingrédient le plus difficile à trouver pour toi ? Pourquoi ?

---

---

Est-ce qu'il y a des ingrédients indispensables dans cette recette ?

---

---

Est-ce qu'il y a des ingrédients moins importants ?

---

---

## Et toi, si tu étais cet enfant...



Maintenant, c'est à ton tour ! Toi aussi, tu as des objectifs, des rêves, des envies. Et parfois, c'est un peu difficile. Mais souviens-toi : tu peux t'aider comme tu as aidé Léon, Samia ou Maxime.

### Mon défi à moi



Quel est ton objectif en ce moment ?

(Exemple : lire un livre, faire du vélo, apprendre une poésie, bien m'entendre avec quelqu'un...).

---

---



Est-ce que tu vois un obstacle qui t'empêcherait d'y arriver ??

(Exemple : j'ai peur de me tromper, je perds patience, je me compare...).

---

---



Quels ingrédients de la recette pourraient t'aider ?

---

---

Écris une ou deux phrases que tu pourrais te dire à toi-même pour progresser.

(Comme si tu étais ton propre professeur ou ton meilleur ami.)



Dessine-toi en train de progresser, même un tout petit peu.

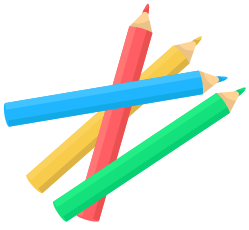


Ce n'est pas un dessin parfait qu'on veut, c'est une image de toi...

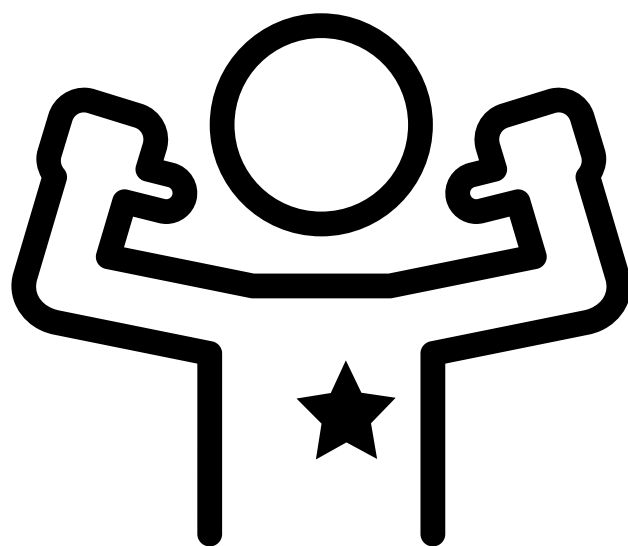
qui progresse !

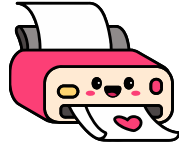


Tu peux refaire cette fiche chaque fois que tu as un nouveau défi. Et si un jour tu es découragé(e), relis ce que tu as écrit !



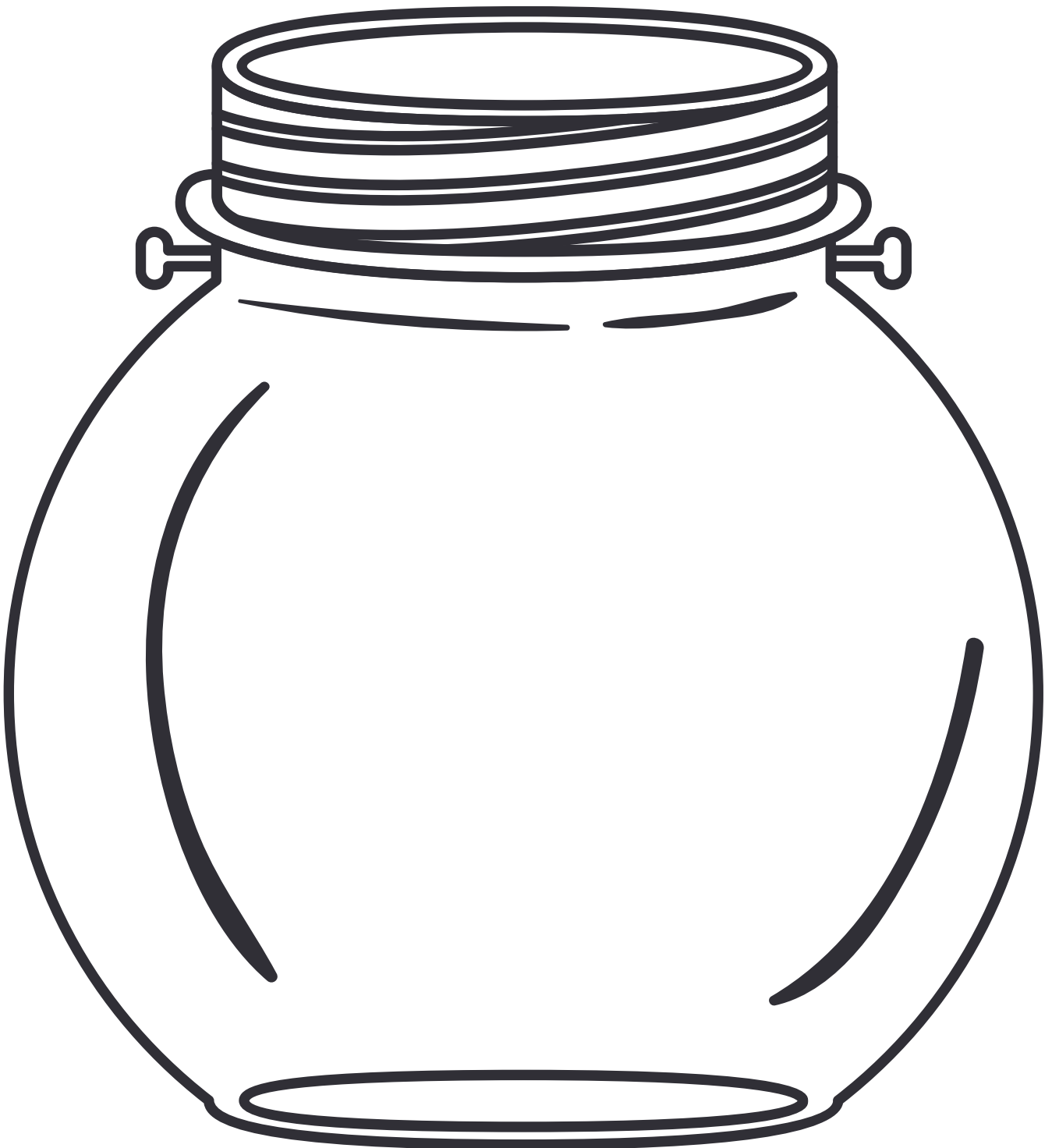
**Donner du sens à mes  
erreurs et en faire  
une fierté**





*Prends une feuille et écris les choses que tu as appris à faire avec le temps et qui te rendent fier ou fière de toi aujourd'hui, ou fais-toi aider par tes proches.*

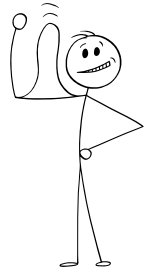
*Tu peux écrire les phrases sur le bocal.*



# Je prends conscience de mes forces



# Je prends conscience de mes forces !



1. Quand tu étais bébé, as-tu réussi à marcher du premier coup ?  
Qu'as-tu dû faire pour savoir marcher ?

---

---



2. Cite une (ou plusieurs) activités dans laquelle tu es devenu bon ou bonne à force de la faire ?

---

---

---

3. Y a-t-il une chose qui était difficile au début et que tu as appris à faire ?



---

---



4. Pour réussir quelque chose, qu'est-ce qui t'aiderait le plus: tes connaissances ? Ton talent ? Tes efforts ? Autre ?

---

---

---

5. Qu'est-ce que tu ne sais pas encore faire mais que tu aimerais savoir faire ? Par quoi peux-tu commencer pour y arriver ?

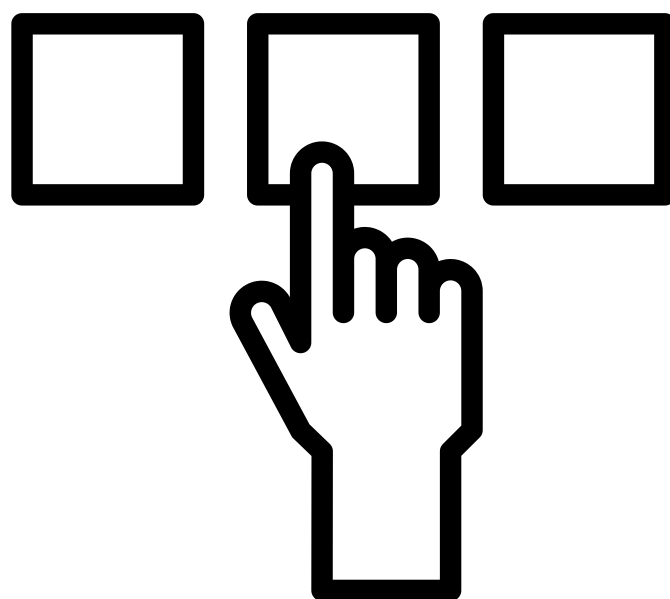
---

---

---



J'apprends à  
distinguer l'erreur, la  
bêtise, l'accident et la  
faute



# Avant de faire l'activité suivante, on va réfléchir au sens de chaque mot.

*Commence par réfléchir seul ou avec l'aide d'un adulte. Ensuite, tu peux t'aider du dictionnaire si tu en ressens le besoin, ou pour vérifier tes réponses. Bah oui, qui a dit que tu devais tout faire tout seul ? 🤔*

**Donne des exemples d'erreurs**



**C'est quoi une erreur ? Trouve des points communs à tes exemples.**

---

---

---

---

---

---

**Donne des exemples de bêtises**



**C'est quoi une bêtise ? Trouve des points communs à tes exemples.**

---

---

---

---

---

---

**Donne des exemples d'accidents**



**C'est quoi un accident ? Trouve des points communs à tes exemples.**

---

---

---

---

---

---

**Donne des exemples de fautes**



**C'est quoi une faute ? Trouve des points communs à tes exemples.**

---

---

---

---

---

---

# C'est une erreur , une bêtise, un accident ou une faute ?

Pour chaque dessin, coche si c'est une erreur, une bêtise, un accident ou une faute et explique pourquoi.

Regarde bien chaque dessin. Est-ce que c'était fait exprès ou non ? Est-ce qu'il y avait une intention de mal faire ou de bien faire ?



- Erreur*
- Bêtise*
- Accident*
- Faute*

*Entoure ta réponse et explique pourquoi*

**Il l'a fait exprès ou pas ?**

*Oui / non*

**Tu crois que c'est sa faute ?**

*Oui / non*

**Quelle leçon peut apprendre cet enfant ?**

---

**Ce que l'enfant pourra faire autrement la prochaine fois :**

---

Pour chaque dessin, coche si c'est une erreur, une bêtise, un accident ou une faute et explique pourquoi.

Regarde bien chaque dessin. Est-ce que c'était fait exprès ou non ? Est-ce qu'il y avait une intention de mal faire ou de bien faire ?



- Erreur*
- Bêtise*
- Accident*
- Faute*

*Entoure ta réponse et explique pourquoi*

**Il l'a fait exprès ou pas ?**

*Oui / non*

**Tu crois que c'est sa faute ?**

*Oui / non*

**Quelle leçon peut apprendre cet enfant ?**

---

**Ce que l'enfant pourra faire autrement la prochaine fois :**

---

Pour chaque dessin, coche si c'est une erreur, une bêtise, un accident ou une faute et explique pourquoi.

Regarde bien chaque dessin. Est-ce que c'était fait exprès ou non ? Est-ce qu'il y avait une intention de mal faire ou de bien faire ?



*Oups ! C'était pas le bon mouvement ...*

- Erreur*
- Bêtise*
- Accident*
- Faute*

*Entoure ta réponse et explique pourquoi*

**Il l'a fait exprès ou pas ?**

*Oui / non*

**Tu crois que c'est sa faute ?**

*Oui / non*

**Quelle leçon peut apprendre cet enfant ?**

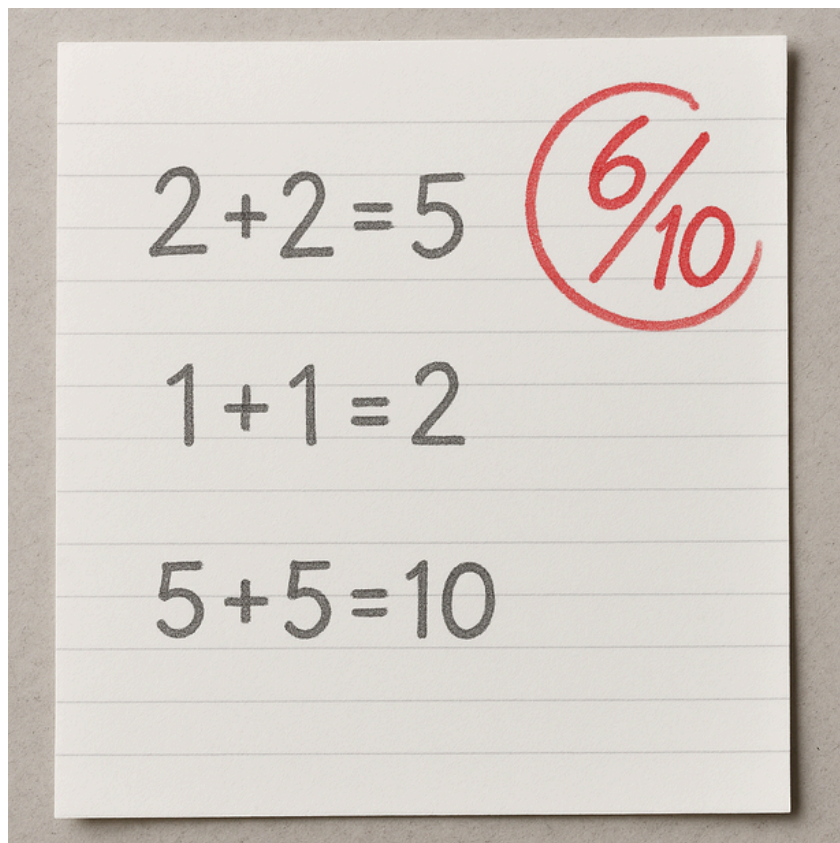
---

**Ce que l'enfant pourra faire autrement la prochaine fois :**

---

Pour chaque dessin, coche si c'est une erreur, une bêtise, un accident ou une faute et explique pourquoi.

Regarde bien chaque dessin. Est-ce que c'était fait exprès ou non ? Est-ce qu'il y avait une intention de mal faire ou de bien faire ?



- Erreur*
- Bêtise*
- Accident*
- Faute*

*Entoure ta réponse et  
explique pourquoi*

**Il l'a fait exprès ou pas ?**

*Oui / non*

**Tu crois que c'est sa faute ?**

*Oui / non*

**Quelle leçon peut apprendre cette personne ?**

---

**Ce que la personne pourra faire autrement la prochaine fois :**

---

Pour chaque dessin, coche si c'est une erreur, une bêtise, un accident ou une faute et explique pourquoi.

Regarde bien chaque dessin. Est-ce que c'était fait exprès ou non ? Est-ce qu'il y avait une intention de mal faire ou de bien faire ?



- Erreur*
- Bêtise*
- Accident*
- Faute*

*Entoure ta réponse et explique pourquoi*

**Il l'a fait exprès ou pas ?**

*Oui / non*

**Tu crois que c'est sa faute ?**

*Oui / non*

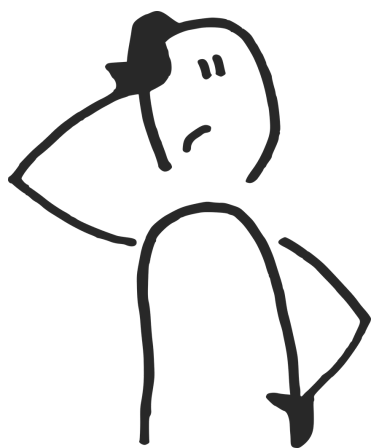
**Quelle leçon peut apprendre cette personne ?**

---

**Ce que la personne pourra faire autrement la prochaine fois :**

---

# C'est quoi la différence ?



*Aide-toi des dessins des pages précédentes pour réfléchir à ces questions*

**C'est quoi la différence entre une erreur et un accident ?**

---

---

**C'est quoi la différence entre une erreur et une bêtise ?**

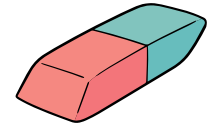
---

---

**C'est quoi la différence entre une erreur et une faute ?**

---

---



# Je répare ou je corrige mes erreurs

**ERREUR**



Je suis  
désolé



Pour chacune des situations, dis s'il faut réparer l'erreur ou pas selon toi.

J'ai cassé le jouet de ma sœur ou de mon frère.

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Je me suis disputé(e) avec ma sœur ou mon frère qui a cassé mon jouet.

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pour chacune des situations, dis s'il faut réparer l'erreur ou pas selon toi.

J'ai accusé mon ami d'avoir volé mon goûter sans preuve.

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_

---

---

J'ai renversé de l'eau par terre.

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_

---

---

Pour chacune des situations, dis si c'est une erreur et s'il faut la réparer ou pas selon toi.

Je suis un parent, j'ai puni mon enfant qui a cassé un verre. Est-ce que c'est une erreur ? Si oui, dois-je la réparer ?

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Je suis professeur, et mon élève a fait la même erreur de calcul alors que je lui ai expliqué 100 fois comment faire, alors je l'ai grondé devant toute la classe. Est-ce une erreur ? Si oui, dois-je la réparer ?

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pour chacune des situations, dis s'il faut réparer l'erreur ou pas selon toi.

Je suis en classe et je bavarde tout le temps alors que c'est interdit.

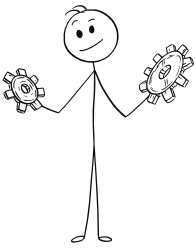
- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

J'ai jeté un papier par terre dans la rue parce que je ne trouvais pas de poubelle.

- Oui*
- Non*
- Ça dépend*

Parce que \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



# Qu'en penses-tu ?

## 1

Est-ce qu'il faut toujours réparer ses erreurs ?

- Oui
- Non
- Ça dépend

Parce que

---



---



---

## 2

Est-ce que ça fait du bien de réparer ses erreurs ?

- Oui
- Non
- Ça dépend

Parce que

---



---

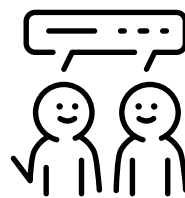


---



Et si tu demandais aux autres ce qu'ils en pensent ? Tu peux noter les réponses que tu as récoltées et n'hésite pas à leur dire si tu es d'accord ou pas avec eux.

- Oui
- Non
- Ça dépend



**IMPORTANT**

N'oublie pas, on peut ne pas être d'accord et le dire gentiment.

Parce que

---



---



---



Ici, tu vas écrire des erreurs que tu as envie de réparer

Ici, tu vas inventer un geste pour les réparer

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---



**1** Est-ce important de réparer ses erreurs ?

**2** À quoi ça sert de réparer ses erreurs ?

---

---

---



---

---

---

**3** Comment on se sent quand on répare nos erreurs ?

**4** Comment les autres se sentent quand on répare nos erreurs ?

---

---

---



---

---

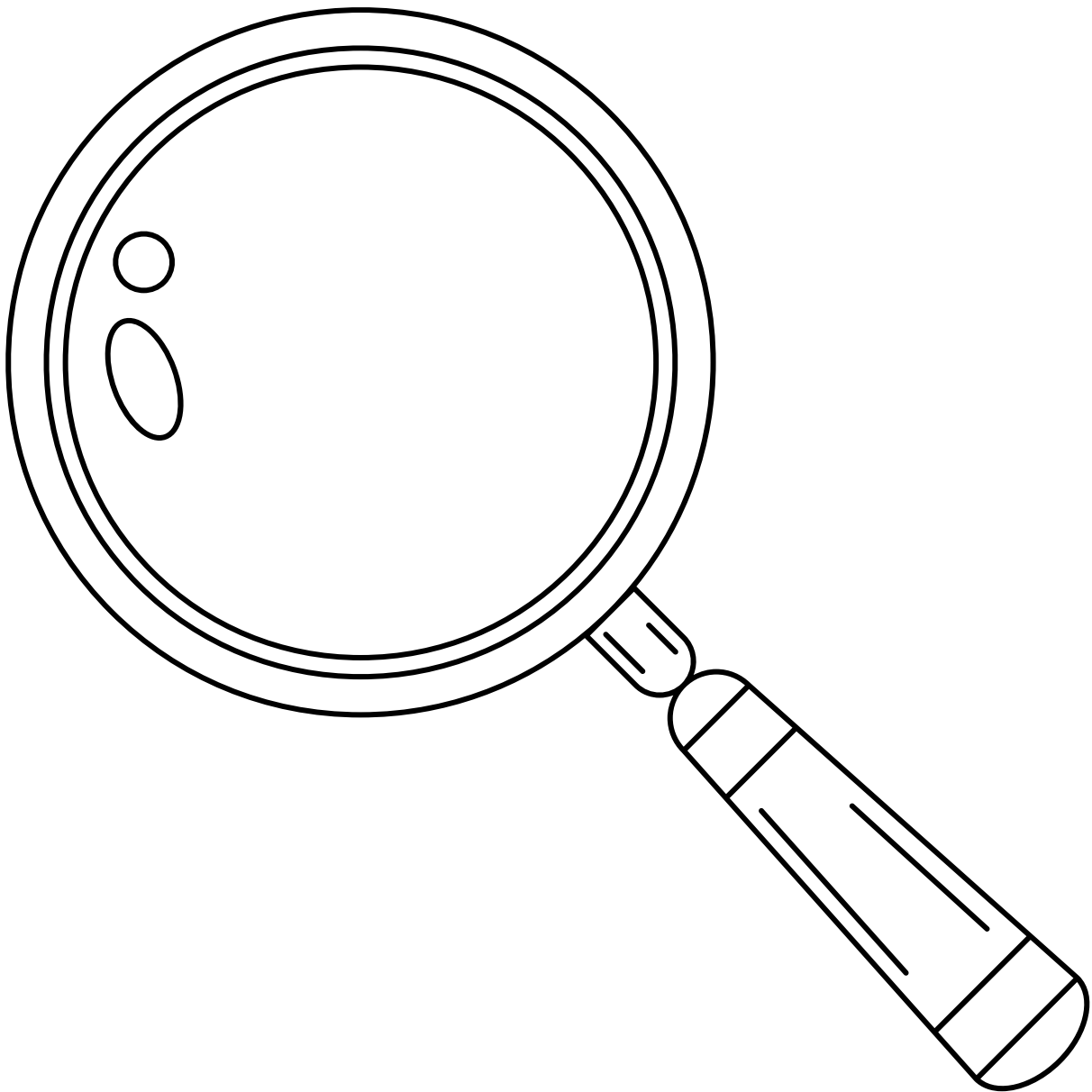
---

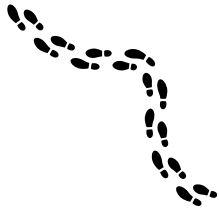
**Je mène l'enquête:**

**Est-on coupable de  
faire des erreurs ?**



**Imprime la loupe et découpe-la. Tu peux utiliser une feuille normale ou plus épaisse. Tu peux la colorier, la coller sur un carton pour la rendre plus solide et mener l'enquête qui suit !**





## Mène l'enquête

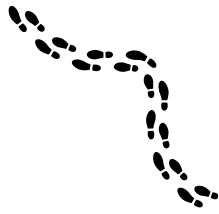


### Consignes pour les enseignants et animateurs philo

Pour l'activité qui suit, les enfants peuvent travailler en groupe. Par exemple, un enfant enquêteur choisit 3 camarades à questionner pour mener l'enquête.

Il est possible de les mettre simplement en binôme pour que l'activité soit moins chronophage. Dans ce cas, chacun peut mener l'enquête sur l'autre. L'enquête introspective ne sera alors plus nécessaire.

Ensuite, en groupe ou par 2, ils regardent les résultats pour répondre à la question "est-on coupable de nos erreurs ?"



# Mène l'enquête



Demande aux personnes de ton choix de te raconter au moins une erreur qu'elles ont faites, et mène l'enquête pour savoir si elles sont coupables d'avoir fait une erreur ou pas. Tu trouveras une loupe à découper, que tu peux coller sur un bout de carton, pour te mettre dans la peau du détective.



Pouvez-vous me raconter une ou des situations où vous avez fait une erreur ?

---

---

Est-ce que c'était de votre faute ?

---

---

Vous êtes-vous senti coupable ? ( Si à la question précédente vous avez répondu "non", mais que vous vous êtes senti coupable, expliquez pourquoi)

---

---

Avez-vous réparé votre erreur ? Si oui, comment, si non, pourquoi ?

---

---

Qu'avez-vous appris de vos erreurs ?

---

---

Pensez-vous que vous referez les mêmes erreurs ?

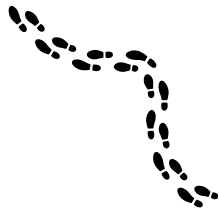
---

---

Est-ce grave de refaire les mêmes erreurs ?

---

---



# Mène l'enquête



C'est amusant d'enquêter sur les autres n'est-ce pas ? Mais sais-tu qu'on peut aussi enquêter sur soi ? Cet amusement que tu as ressenti, essaye de le retrouver en répondant toi-même aux questions, à partir de tes propres exemples.



Peux-tu raconter une ou des situations où tu as fait une erreur ?

---

---

Est-ce que c'était ta faute ?

---

---

T'es-tu senti coupable ? ( Si à la question précédente tu as répondu "non", mais que tu t'es senti coupable, explique pourquoi)

---

---

Est-ce que tu as réparé ton erreur ? Si oui, comment, si non, pourquoi ?

---

---

Qu'as-tu appris de tes erreurs ?

---

---

Penses-tu que tu pourrais refaire la même erreur ?

---

---

Est-ce grave de refaire les mêmes erreurs ?

---

---

**Cherche et trouve si  
c'est un problème ou  
pas**





## À la maison

*Tout le monde a eu peur de se tromper ou d'échouer un jour. C'est normal. Mais est-ce que faire des erreurs c'est grave ? Est-ce que c'est de notre faute quand on fait une erreur ?*

*Pour réfléchir, voici des phrases. Dis si pour toi c'est un problème ou pas, et dis pourquoi.*



## En classe

*En classe, on peut diviser en petits groupes avec 3 situations à discuter par groupe.*

*Entoure ta réponse (il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses)*

"Faire une erreur parce qu'on est pressé de finir avant les autres."

Problème / Pas problème

*Explique ta réponse*

Parce que

---

---

"Se sentir mal après une erreur car on craint les moqueries."

Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"Faire une erreur et l'accepter comme une occasion d'apprendre."

Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"Rire de ses propres erreurs et ne pas les prendre trop au sérieux."

Problème / Pas problème

Parce que

---

---



## À la maison

*Tout le monde a eu peur de se tromper ou d'échouer un jour. C'est normal. Mais est-ce que faire des erreurs c'est grave ? Est-ce que c'est de notre faute quand on fait une erreur ?*

*Pour réfléchir, voici des phrases. Dis si pour toi c'est un problème ou pas, et dis pourquoi.*



## En classe

*En classe, on peut diviser en petits groupes avec 3 situations à discuter par groupe.*

*Entoure ta réponse (il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses)*

"Être gêné de demander de l'aide car on ne veut pas avoir l'air bête."



Problème / Pas problème

*Explique ta réponse*

Parce que

---

---

"Faire semblant de comprendre quelque chose par peur d'être moqué si on pose une question."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"Se moquer des erreurs des autres pour se sentir supérieur."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"Se comparer aux autres et penser qu'on est moins bon à cause d'une erreur."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---



## À la maison

*Tout le monde a eu peur de se tromper ou d'échouer un jour. C'est normal. Mais est-ce que faire des erreurs c'est grave ? Est-ce que c'est de notre faute quand on fait une erreur ?*

*Pour réfléchir, voici des phrases. Dis si pour toi c'est un problème ou pas, et dis pourquoi.*



## En classe

*En classe, on peut diviser en petits groupes avec 3 situations à discuter par groupe.*

*Entoure ta réponse (il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses)*

"Penser que faire une erreur signifie qu'on est nul dans une matière."



Problème / Pas problème

*Explique ta réponse*

Parce que

---

---

"Croire que les personnes intelligentes ne font jamais d'erreurs."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"S'entraider avec ses camarades pour comprendre et corriger une erreur."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---

"Avoir honte de ses erreurs parce que les autres se moquent de nous."



Problème / Pas problème

Parce que

---

---



# Réflexion philosophique



Il est temps de philosopher comme notre ami Socrate. Réponds comme tu le souhaites à ces questions. Il y a plusieurs réponses possibles. Tu peux être aussi inventif ou inventive que tu veux. Ce sont TES réponses, tu as le droit de penser différemment des autres, même si ce sont des adultes.



À quoi ressemblerait un monde si personne ne faisait jamais d'erreurs ?

---

---

À quoi ressemblerait un monde si tout le monde avait tout le temps peur de se tromper ?

---

---

Quels sont les avantages de se tromper ?

---

---

Qu'est-ce qui est embêtant: te juger comme nul et/ou que les autres pensent que tu es nul ?

---

---

Le regard des autres est-il parfois important ? Pourquoi ?

---

---

Le regard des autres est-il toujours important ? Pourquoi ?

---

---

Comment aimerais-tu être évalué : sur tes réussites ou les efforts que tu as fourni ?

---

---

Je sais que parfois les adultes te félicitent surtout quand tu as réussi quelque chose. Peut-être que tes efforts ne sont pas assez valorisés.

Mais toi, tu peux apprendre à voir les efforts que tu fais et à en être fier.



Tu sais, j'ai connu des centaines d'enfants ! Et j'ai aidé plein d'enfants qui avaient très peur de se tromper.

Même si je ne te connais pas, je sais au fond de moi que tes efforts ont de la valeur. Et si les autres ne valorisent pas ça, c'est parce qu'ils n'ont pas été valorisés quand ils étaient enfants. Ils ne savent pas faire.

Ce que disent les autres n'est pas toujours vrai. C'est pour ça que si tu apprends à reconnaître tes progrès, même si le résultat n'est pas parfait, tu auras assez confiance en toi pour soulever des montagnes.



**TRAITE-TOI COMME TU AIMERAIS QUE LES AUTRES TE TRAITENT, ET SOIS TON AMI, TON MEILLEUR AMI.**

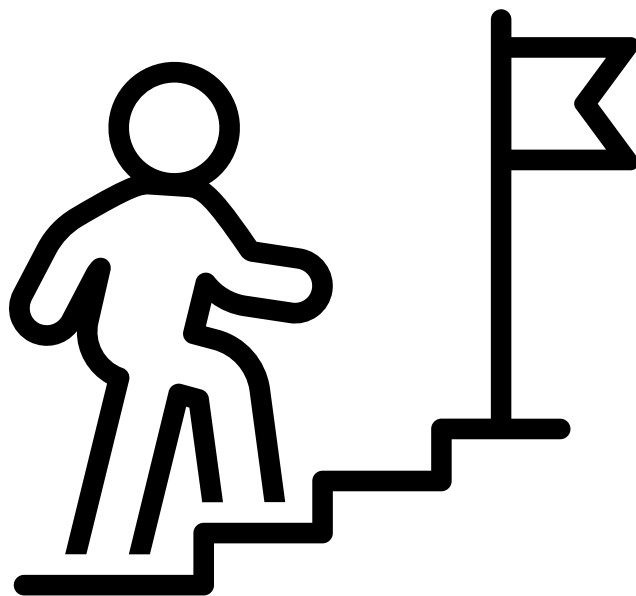
*J'ai une confiance à te faire. Quand j'ai écrit ce livre, j'ai fait les activités avec différents groupes d'enfants. Il y a une activité qui n'a pas du tout fonctionné ! Au début, j'étais déçue et tu sais ce que j'ai fait ? J'ai appris de mes erreurs et j'ai demandé aux enfants de m'aider à l'améliorer. On s'est beaucoup amusé !*

*J'ai peut-être fait des erreurs d'orthographe ou de grammaire aussi, oups ! Pourtant j'ai tout relu des dizaines de fois. Mais tu sais quoi ? Je suis fière de partager tout ce travail avec toi.*



**Je me lance un défi  
atteignable**

**Fournir l'effort juste**





Il y a peut-être quelque chose que tu aimerais faire mais tu ne sais pas encore comment.  
 Tu peux y réfléchir ici.  
 Ne choisis pas un défi trop difficile pour débiter.  
 Tu pourras le refaire avec un défi plus important pour toi, mais n'oublie pas : plus un défi est important pour soi, plus tu auras besoin de prendre soin de tes émotions.

À quel point ce défi est important pour toi ?

...../10

**Mon défi**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Je ne sais pas encore faire, je vais commencer par:

Étape 1

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ce que j'ai réussi :

Ce que j'ai moins réussi :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Je transforme mes difficultés en force. Qu'ai-je appris de mes erreurs de parcours ?

\_\_\_\_\_

Je raconte ce que j'ai appris avec le temps. Quels sont mes progrès ?

Étape 2

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Je raconte ce que j'ai appris avec le temps. Quels sont mes progrès ?

Étape 3

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Je m'inspire des  
autres**



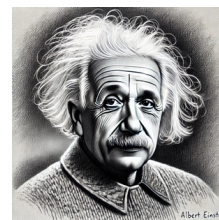
# Je m'inspire

Parfois, on a besoin de trouver des gens inspirants pour nous aider à surmonter nos difficultés. Voici des citations de personnes qui ont existé et qui ont marqué l'histoire. Colorie-les avec tes couleurs préférées.

"JE NE PERDS JAMAIS. SOIT  
JE GAGNE, SOIT J'APPRENDS."  
NELSON MANDELA



"CELUI QUI N'A JAMAIS FAIT  
D'ERREUR N'A JAMAIS ESSAYÉ  
QUELQUE CHOSE DE NOUVEAU."  
ALBERT EINSTEIN



« UNE ERREUR SIGNIFIE QU'UN  
ENFANT A BESOIN D'AIDE.  
PAS QU'IL MERITE UNE  
PUNITION OU DES MOUQUERIES  
POUR S'ETRE TROMPE. »  
MARVA COLLINS



« FAIS DE TON MIEUX JUSQU'À  
CE QUE TU SACHES MIEUX. »  
MAYA ANGELOU



"JE NE REGRETTE RIEN DANS MA  
VIE, À L'EXCEPTION DE CE QUE JE  
N'AI PAS FAIT"  
COCO CHANEL

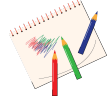




# Je m'inspire : réflexion



Quelle(s) citation(s) préfères-tu ? Pourquoi ? Tu peux prendre une feuille et faire un dessin de la citation que tu préfères !



---

---

---

Savais-tu que les personnes importantes de ce monde ont toutes échoué de nombreuses fois ?

---

---

---

Si tu pouvais retourner dans le passé, souhaiterais-tu corriger tes erreurs ou les regarder différemment ?

---

---

---

Trouve des points négatifs aux erreurs.

---

---

---

Facile hein ? Maintenant, trouve des points positifs aux erreurs.

---

---

---

Penses-tu que vivre une vie sans erreurs est possible ?

---

---

---

## Qui est Marva Collins ?



*Marva Collins, c'est mon inspiration. C'est son travail qui m'a donné envie d'accompagner les enfants pour les aider à grandir en ayant confiance en eux.*

*Marva Collins était une maîtresse d'école aux États-Unis. Elle pensait très fort que tous les enfants peuvent réussir, même ceux à qui on dit qu'ils sont « nuls » ou « en échec ».*

*Elle a ouvert une école dans un quartier pauvre pour aider des enfants à apprendre avec confiance, avec des mots gentils et des règles claires. Elle leur lisait des livres difficiles, elle les encourageait tout le temps, et surtout, elle n'avait pas peur que les enfants fassent des erreurs. Elle disait que se tromper, c'est normal, et que c'est comme ça qu'on apprend.*

*Grâce à elle, des enfants qui pensaient ne jamais réussir sont devenus forts, curieux et fiers d'eux.*

*Marva Collins disait qu'une erreur n'est pas un moment où les adultes doivent être déçus ou en colère. Pour elle, l'erreur signifie simplement que l'enfant a besoin d'aide pour comprendre et faire mieux. Mais peut-être que tu as vécu le contraire ? Peut-être que tu as déjà vu des adultes déçus quand tu faisais des erreurs ?*

# Écris une lettre



*Sur cette page, tu vas pouvoir écrire ce que tu as sur le coeur.*

Que voudrais-tu dire aux adultes qui sont déçus quand tu fais une erreur ?

---

---

---

---

---

---

---

Que voudrais-tu dire aux autres s'ils se moquent de toi quand tu te trompes ?

---

---

---

---

---

---

---

Comment aimerais-tu que les autres réagissent quand tu fais des erreurs ?

---

---

---

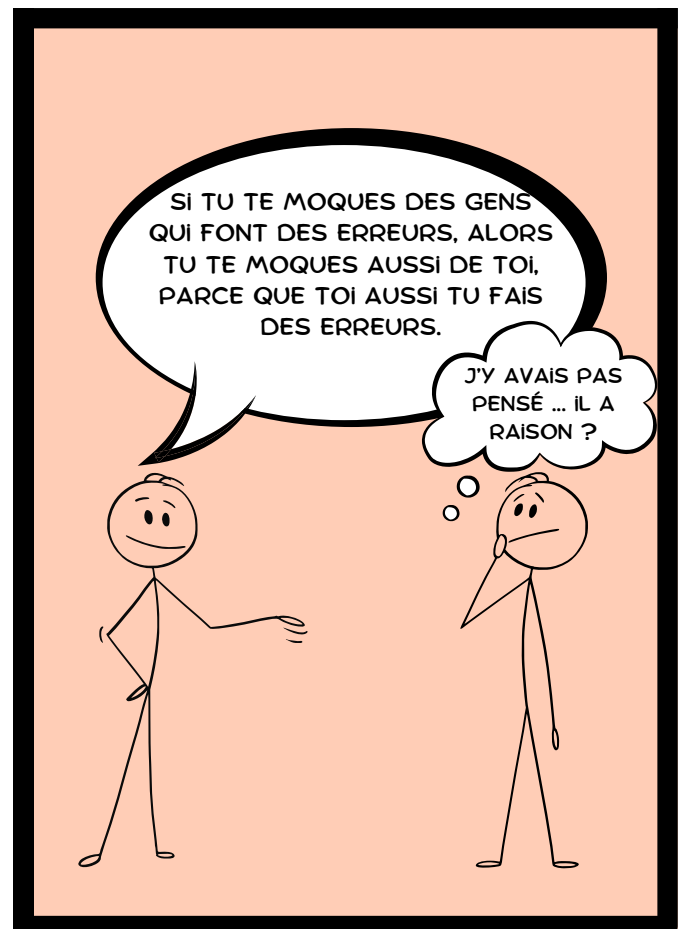
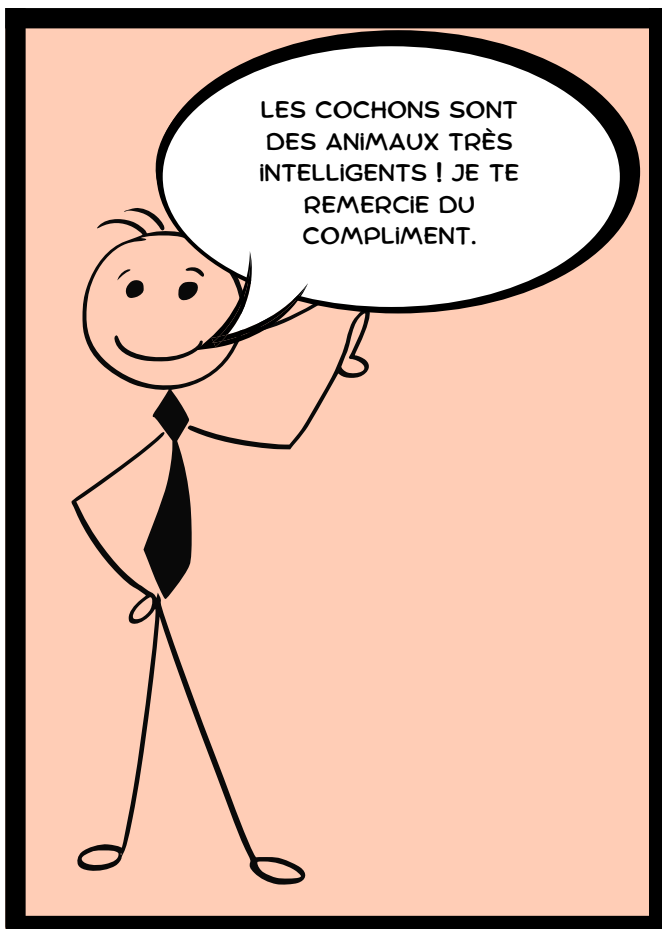
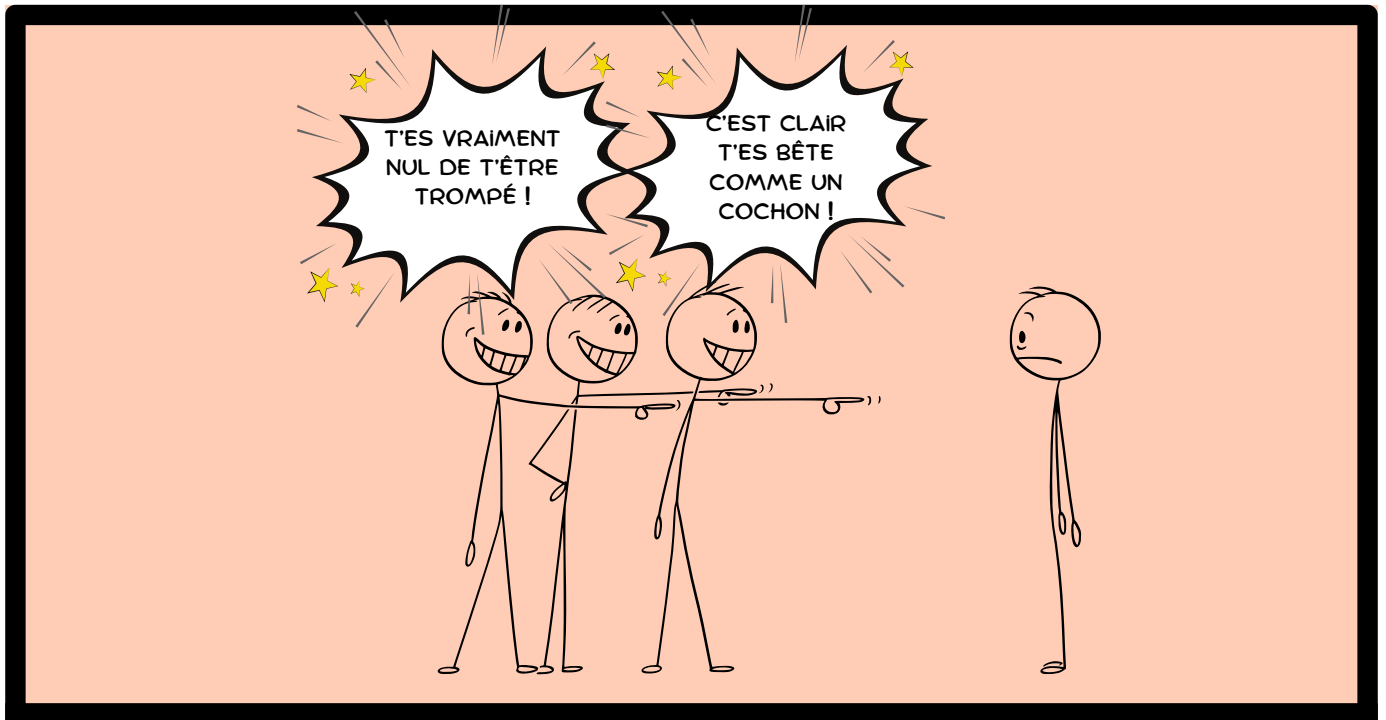
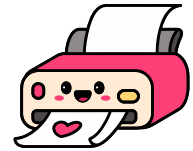
---

---

---

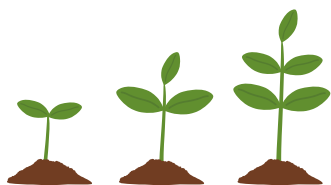
---

# J'apprends à me protéger



# Se “planter” pour mieux pousser





## Se planter pour mieux pousser, ça veut dire quoi ?

Est-ce que tu sais ce que ça veut dire “se planter” ? C’est une façon de dire “se tromper”. Par exemple, si je dis “je me suis planté”, ça veut dire “je me suis trompé”. Mais planter, c’est aussi quand on sème une graine pour obtenir une plante ou une fleur ...

Mais alors, qu’est-ce que ça peut bien vouloir dire “se planter pour mieux pousser” ? Tu peux demander aux autres ce qu’ils pensent de cette phrase pour t’aider !

---

---

---

Pour bien pousser, une plante a besoin de soleil, d’eau et d’une terre fertile qui lui donne de bons nutriments. Mais toi, pour bien grandir, de quoi as-tu besoin ?



*Pour bien grandir, j’ai besoin de :*

---

---

---

---

---

---

---



## Tu peux aussi faire un dessin

*Pour bien grandir, j'ai besoin de :*



## Activité

On arrive à la fin de ce cahier. Alors j'ai une activité à te proposer.

Choisis un pot de fleur, de la terre et une graine à planter. Tu te souviens de l'activité du labyrinthe ? Pour commencer, on choisit un objectif simple. Alors tu peux choisir des plantes faciles à faire pousser. Tu peux te renseigner auprès de tes parents ou d'un fleuriste et chercher avec eux la plante que tu veux faire grandir.



Maintenant que tu as choisi ton pot et ta plante, sème les graines en suivant les instructions qu'on t'a donné.

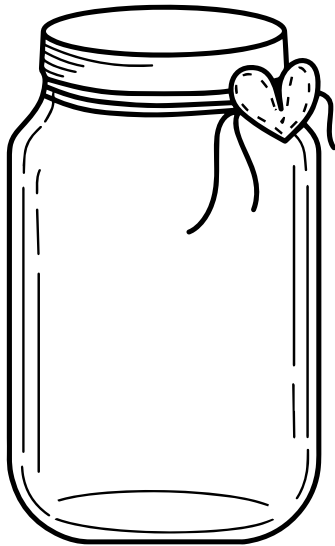


Prends soin de ta plante. Et n'oublie pas, si elle ne pousse pas, ce n'est pas de ta faute. Essaie simplement de comprendre ou de recommencer avec une nouvelle plante, différente. Si ta plante ne pousse pas, toi, tu auras appris des choses et tu auras grandi.

Et oui ! Une graine qu'on plante peut ne pas pousser. Mais quand on se plante, si on fait l'effort d'apprendre de nos erreurs, on grandit quoiqu'il arrive.



*Activité pour les enfants qui ont besoin de voir leurs progrès concrètement*



Prends un bocal.

Quand tu fais une erreur, note ton erreur et ce que tu as appris.

Mets le papier dans le bocal.

*Mon erreur :*

*J'ai appris :*

Prends un autre bout de papier sur lequel tu vas écrire des mots gentils pour t'encourager. Colle ces mots gentils sur le bocal. Si tu veux, tu peux choisir du papier coloré !

*Je suis capable d'y arriver  
J'ai besoin de patience  
Je vais recommencer doucement  
Autre ...*



À chaque fois que tu as réussi quelque chose de nouveau, écris-le et mets le papier dans le bocal.

Reviens 30 jours plus tard et demande-toi : est-ce que j'en suis au même point qu'il y a 30 jours ? Est-ce que quelque chose a changé ? Si oui, c'est que tu as fait de ton mieux et que tu progresses. C'est le plus important !

# Je fais rayonner mon potentiel et ma valeur

*Je cultive ma confiance semaine après semaine*

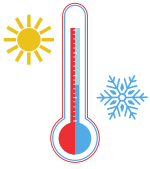
*Mes activités bien-être*



Ce n'est pas obligé de faire toutes les activités, tu peux choisir celle(s) que tu préfères, en tester une nouvelle. Le plus important, c'est de faire quelque chose.

# Aujourd'hui, je me suis trompé(e)...

## et voici ce que j'ai ressenti



Activité pour les enfants qui ont besoin d'exprimer leurs émotions




Entoure l'émotion qui ressemble le plus à ce que tu as ressenti quand tu t'es trompé.

Tu peux en choisir plusieurs, ou en rajouter une autre !

 J'étais en colère       J'étais gêné(e)       J'étais triste

 J'étais stressé(e)       J'ai rigolé       J'étais calme

 Je peux expliquer pourquoi j'ai ressenti ça :

---

---

---

Je prends du recul : qu'est-ce que j'ai appris de cette erreur ?

Demande de l'aide à quelqu'un en qui tu as confiance pour prendre du recul si besoin.

---

---

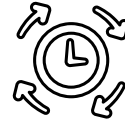
Maintenant que tu y repenses, est-ce que ton émotion a changé ?

 Je suis en colère       Je suis gêné(e)       Je suis triste

 Je suis stressé(e)       J'en rigole       Je suis calme



# Cette semaine je suis fier ou fière de ....



*Activité pour aider les enfants à reconnaître ce qu'ils font de bien*

- MON ENVIE D'APPRENDRE QUELQUE CHOSE
- J'AI APPRIS DE MES ERREURS
- J'AI FAIT PREUVE DE PATIENCE
- J'AI PERSÉVÉRÉ ET J'AI FOURNI DES EFFORTS
- J'AI ÉTÉ SYMPA AVEC MOI-MÊME, JE ME PARLE COMME À UN AMI.
- J'AI DEMANDÉ DE L'AIDE QUAND J'EN AVAIS BESOIN
- J'AI UN PEU PROGRESSÉ
- RAJOUTE CE QUE TU VEUX

.....



Pour t'aider à accepter tes erreurs, remplis cette fiche une fois par mois.



Écris par

---



---

*Activité pour les enfants qui ont besoin de faire évoluer leurs rapports aux erreurs.*

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

\_\_\_\_\_ Mois 1 \_\_\_\_\_

---



---

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

\_\_\_\_\_ Mois 2 \_\_\_\_\_

---



---

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

\_\_\_\_\_ Mois 3 \_\_\_\_\_

---



---

### Je fais le bilan

Quels sont mes progrès ?

---



---



---



---

Papa, maman, maîtresse :  
quels sont mes progrès ?

---



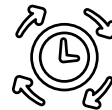
---



---



---



Pour t'aider à accepter tes erreurs, remplis cette fiche une fois par mois.

Écris par

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

Mois 4

---

---

---

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

Mois 5

---

---

---

Comment je me sens quand je fais des erreurs ?

Mois 6

---

---

---

Je fais le bilan

Quels sont mes progrès ?

---

---

---

---

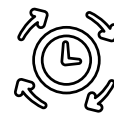
Papa, maman, maîtresse :  
quels sont mes progrès ?

---

---

---

---



La fiche quotidienne

Le journal des fiertés

Écris par

Écris une chose dont tu es fier ou fière aujourd'hui

\_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

As-tu fait une erreur aujourd'hui ? Laquelle ?

\_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si oui, cite une chose que t'a apprise ton erreur

\_\_\_\_\_ Mois 6 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Bravo ! Tu grandis

Quels sont mes progrès ?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Papa, maman, maîtresse :  
quels sont mes progrès ?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# Quand j'avance, à quoi je pense ?

Regarde ces deux images. Les deux personnages font la même chose, mais à ton avis qu'est-ce qui est différent pour eux ?



Maintenant, fais une petite expérience. Tu peux la faire toi et tu peux demander à quelqu'un d'autre de la faire et tu observes ce qu'il se passe.

## Expérience 1



Marche dans la pièce en pensant à toutes les fois où tu t'es tordu la cheville, où tu es tombé, pense aux faux pas que tu pourrais faire en marchant.

## Expérience 2

Marche dans la pièce en ayant en tête un objectif : celui d'aller chercher l'objet de ton choix. Ne pense à rien d'autre qu'à l'objet.

1. Est-ce que ta façon de marcher était la même ?
2. Quelle différence as-tu observée ?
3. Quelle leçon nous apprend cette expérience ?

# Les défis et nos objectifs n'ont pas tous la même importance

Quand tu as un objectif ou un défi à atteindre, ils n'ont pas tous la même importance pour toi. Parfois, ton défi est très très important, ↪  parfois un peu moins. ↪ 

Quand un défi est très important, il est possible qu'on ne pense qu'aux résultats et à la peur qu'on ressent si on rate tout. On se concentre sur les faux pas et les risques. Résultat, on marche bizarrement. C'est l'expérience 1 que tu as faite.



Quand tu penses uniquement à ton objectif, au "pourquoi" tu te lances ce défi, tu restes plus concentré et tu marches plus facilement.

C'est l'expérience 2 que tu as faite.



Parfois, un objectif peut être très important pour quelqu'un et pas du tout pour un autre. Pourquoi ? Parce que nous sommes différents. Si un objectif est important pour toi, alors il est important. Pareil pour les autres.

Quand tu choisis un défi, ce n'est pas la taille du défi qui compte, mais la façon dont tu le regardes. Si tu penses seulement aux dangers, tu risques de marcher de travers. Mais si tu penses à ton but et à pourquoi tu veux y arriver, tu avances avec plus de confiance. Et tu n'es pas obligé de choisir des défis importants ! Tu peux choisir des petits défis rigolos aussi.



Chers enfants,

Sur le chemin de la vie, vous rencontrerez des obstacles, c'est certain. Mais avez-vous déjà lu une bonne histoire sans obstacle à surmonter ? Les difficultés créent des aventures ! Vous imaginez, si vos héros préférés vivaient une vie toute tranquille ? Ce serait moins drôle.

Comme des énigmes qui rendent notre esprit plus vif, chaque difficulté que vous surmontez vous rend plus forts et plus sages. Imaginez un fruit, un peu différent des autres, pas parfait en apparence, un peu cabossé. Beaucoup pourraient le négliger, cherchant la perfection extérieure. Mais si on prend le temps de le couper en deux, on découvre un nectar sucré, un goût unique qui vient de longues heures à se gorgier de soleil.

La valeur des êtres humains vient de l'intérieur, de nos actions et de nos cœurs, et non de ce que les autres voient en surface. Comme le fruit qui mûrit au soleil, ce qui vous rend uniques et précieux, c'est ce qui est à l'intérieur : votre courage, votre gentillesse, votre rire, et votre capacité à aimer et à apprendre.

Qu'est-ce qui pourrait vous gorgier de soleil ? Quelles sont les expériences, les passions et les personnes qui vous remplissent de chaleur et de bonheur ? N'oubliez pas de les chercher, de les chérir, car elles vous aideront à prendre conscience de votre propre valeur.

Ce cahier d'activités vous a peut-être appris quelque chose, mais rappelez-vous que toute votre histoire reste à écrire. Prenez le temps qu'il faut ; il n'y a pas de précipitation pour grandir. Et le mieux dans cette aventure, c'est d'être bien entouré : d'amour, d'amitié, et de gentillesse. Que ce chemin soit parsemé de joie, de tristesses partagées, de rires et de découvertes, de difficultés enrichissantes et créatrices.

Avec toute mon affection et mes encouragements pour votre voyage,

Nadia.



*Et si tes erreurs devenaient ta plus grande force ?*

Ce carnet a été conçu pour aider les enfants à changer leur regard sur l'erreur. Trop souvent source de honte ou de découragement, elle peut pourtant devenir un formidable tremplin pour apprendre, progresser et prendre confiance en soi.

À travers des histoires, des activités ludiques, des défis, des réflexions philosophiques et créatives, l'enfant découvre que se tromper n'est pas un signe de faiblesse, mais une étape essentielle de l'apprentissage.

Parents, enseignants et animateurs trouveront ici un outil bienveillant et concret pour accompagner les enfants dans leurs émotions, valoriser leurs efforts et transformer chaque faux pas en opportunité.

Un carnet à vivre seul, en famille ou en classe, pour que les erreurs cessent de faire peur et deviennent des alliées de la réussite.



*Nadia Thuilliers*

*Animatrice d'ateliers de philosophie  
pour enfants et adolescents*

*&*

*Formatrice en animation d'ateliers  
philo pour enfants*