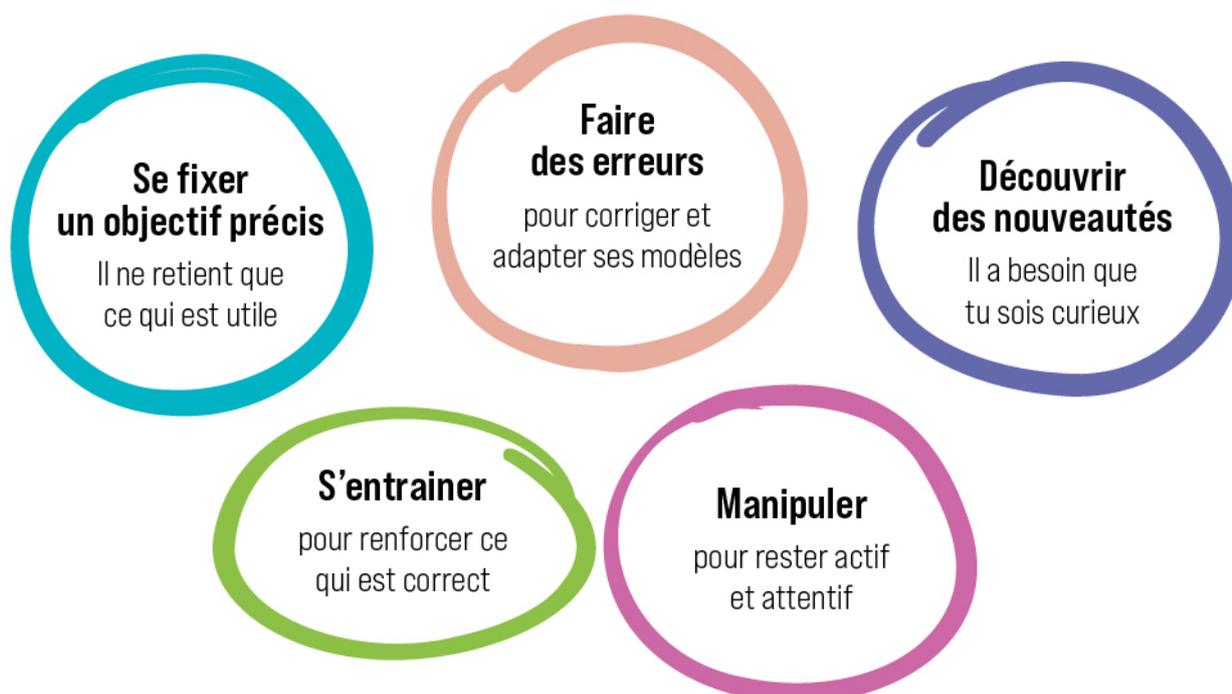




De nombreux jeunes pensent que l'intelligence est fixée à la naissance : on est bête ou malin. Cette croyance très répandue a un effet négatif sur la réussite. Au contraire, quand un jeune croit que son intelligence peut se développer, il obtient de meilleurs résultats. Et toi ?

Ton cerveau est ton premier et ton plus bel outil pour apprendre. Dès que tu apprends quelque chose, il se modifie. Tu ne peux pas changer la taille de tes pieds ou de tes oreilles. Mais tu peux développer ton cerveau. Rappelle-toi : plus tu apprends, plus c'est facile et rapide d'apprendre. C'est ça être intelligent !

Pour apprendre, ton cerveau a besoin de :



Comment ton cerveau se développe

Ton cerveau est constitué de 100 milliards de neurones et il a un véritable potentiel de développement. Si le nombre de neurones n'augmente pas, le nombre de connexions entre les neurones est, lui, illimité. Toutes tes expériences de vie renforcent tes connexions neuronales et en créent de nouvelles pour modifier ton cerveau. Plus tes neurones communiquent entre eux, plus ils établissent de réseaux : c'est ça apprendre !

Jusqu'à la fin de l'adolescence, le cerveau se reconfigure sans cesse pour créer, renforcer, éliminer des connexions qu'il juge importantes ou non. Il se spécialise au fur et à mesure.

Ton cerveau est seulement mature à l'âge de 25-28 ans environ. Il restera "plastique" tout au long de la vie, c'est-à-dire qu'il continuera d'évoluer et de s'adapter.

Les répétitions et les erreurs sont indispensables à ton cerveau : elles permettent de créer et de rectifier des schémas cognitifs utiles et durables ! L'expérience pratique et la répétition sont primordiales pour apprendre.

Si je crois que l'intelligence est fixée pour toujours :

Si je réussis :

- Le professeur a bien expliqué.
- La tâche était facile, j'ai de la chance.
- Je suis doué, c'est normal.

INTELLIGENCE FIXE

Si j'échoue :

- Je suis nul...
- J'abandonne...
- Je ne suis pas intelligent !

Quand je sais que l'intelligence se développe...

INTELLIGENCE EN DÉVELOPPEMENT

- Je poursuis mes **efforts**
- Je cherche des **stratégies/solutions**
- Je demande de l'**aide si besoin**

Chaque fois que je me plante, je pousse !

Je reste motivé !

Je ne perds jamais : soit je gagne, soit j'apprends. (Nelson Mandela)