

ENSEIGNER LA LANGUE DE L'ESPRIT DE CROISSANCE**AUX ÉTUDIANTS**

La mentalité de croissance introduit par Dr. Carol S. Dweck dans sa livre « Mindset » (2012) gagne du terrain dans l'éducation ces jours-là. Cependant, il reste un territoire peu inconnu pour les éducateurs. En même temps beaucoup se retrouvent avec l'idée que c'est une perspective très précieuse pour les apprenants, mais sans savoir comment l'enseigner. Ici nous voudrions réfléchir sur l'idée comment pouvons-nous cultiver la mentalité de croissance pour les enseignants à transmettre à leurs étudiants.

Le terme "virus de l'esprit" figure en bonne place dans le livre de Richard Brodie « Virus of the Mind ». Un virus mental est une croyance que nous avons sur nous-mêmes qui est profondément autodestructrice. Selon R.Brodie, il est ancré dans notre subconscient à travers nos expériences au point où il est devenu une vérité personnelle. Ces virus mentaux sont une grande partie de ce qui est l'opposé de l'état d'esprit de croissance - un état d'esprit "fixe". La mentalité fixe nous dit que notre potentiel est limité, et nous ne pouvons pas changer et grandir comme nous le voulons parce que notre intelligence est limitée. Bien sûr, rien de tout cela n'est vrai. Transformer ces croyances, et donc éradiquer les virus de l'esprit destructeurs, commence par changer notre langage sur nous-mêmes.

Apprendre aux étudiants à parler d'eux-mêmes de façon positive peut être un puissant antidote aux virus mentaux nuisibles. Les enseignants peuvent trouver les « médecines » favorables pour chaque de ces virus. Certains des plus courants que les étudiants ont se trouvent dans ce tableau ci-dessous.

Le virus	La médecine
<i>J'ai fait une erreur</i>	Tout le monde fait des erreurs. Ça fait partie de la vie. Quel genre de leçon pouvez-vous faire à partir d'ici?
<i>Je ne peux pas faire ça</i>	Vous pouvez vous sentir incertain sur la façon de procéder, mais il existe de nombreuses options à apprendre. Et je vais vous aider avec ça.

<i>Je veux laisser ça.</i>	Abandonner, c'est perdre, mais cela ne signifie pas être un perdant. Vous aurez peut-être besoin d'un peu plus de temps pour y faire face, mais vous en êtes tout à fait capable.
<i>Ça n'a pas marché pour moi</i>	Cette situation ne vous définit pas, maintenant vous pouvez essayer quelque chose de différent.
<i>C'est le pire qui puisse arriver</i>	Si vous regardez mieux cette situation, vous vous rendrez compte que ce n'est pas ça. Vous pouvez y survivre. Vous avez vécu des situations pires et trouvé toujours des raisons de sourire. Vous avez tout le pouvoir dont vous avez besoin et c'est juste quelque chose qui vous aidera à devenir une meilleure personne.
<i>J'ai peur d'être condamné</i>	Nous n'allons pas vous juger ici. Vous êtes ici pour étudier à votre manière. Il est parfaitement normal de ne pas connaître les réponses et de demander de l'aide.
<i>Je n'aime pas la façon dont je l'ai fait ici</i>	Ce n'est pas grave, ce n'est pas votre meilleur travail. C'est un bon point de départ, et si vous travaillez plus dur, vous pourrez être là où vous voulez être.
<i>Je me sens complètement seul</i>	Vous n'êtes pas jugé par les opportunités ou les réalisations des autres. Vous êtes vous-même et vous pouvez toujours vous montrer aux autres à votre meilleur.
<i>Ils sont beaucoup plus intelligents que moi</i>	Il est facile de penser que personne ne comprend ce que vous ressentez. Acceptez que vous avez peur et que vous ne savez pas quoi faire. Il y aura toujours quelqu'un à côté si vous regardez autour de vous.

En conclusion, on peut dire que les enseignants peuvent essayer à réfléchir à la façon dont ils peuvent aider leurs étudiants à inverser leurs affirmations destructives pour développer de meilleures attitudes envers leur estime de soi et leur potentiel. À son tour, cela aura un impact positif sur le processus d'enseignement en générale.