

Faire des erreurs

Tout le monde fait parfois des erreurs. Quand vous faites des erreurs, vous pouvez vous sentir mal ou moins en confiance. Mais les erreurs vous donnent aussi l'occasion d'apprendre et de vous améliorer.

Faire face aux erreurs

Voici quelques conseils pour vous aider à faire face aux erreurs :

Faire une pause

Avant de pouvoir réfléchir clairement à l'erreur, vous devez être calme. Prenez quelques grandes respirations. Si vous le pouvez, éloignez-vous des autres et prenez un moment pour vous calmer.

Prendre ses responsabilités

Parfois, nous voulons blâmer quelqu'un d'autre au lieu de dire que c'était notre faute. Mais si vous étiez responsable de l'erreur, il vaut mieux être honnête. Il n'y a pas de mal à dire aux gens autour de vous que vous avez fait une erreur.

Demander de l'aide

Vous ne savez peut-être pas quoi faire ensuite. Parlez-en à un ami ou à un collègue de confiance. Parlez-lui de l'erreur et demandez-lui de vous aider à décider quoi faire.

S'excuser

Si vous avez fait une erreur qui touche d'autres personnes, il est poli de dire que vous êtes désolé. Les gens seront peut-être fâchés, mais il pourrait être utile de leur dire que vous ne vouliez pas faire cette erreur.

S'améliorer

Réfléchissez à ce qui s'est passé. Que pouvez-vous faire autrement la prochaine fois pour que ça ne se reproduise plus? Dites aux gens ce que vous allez changer pour ne pas refaire cette erreur.



Si une erreur se produit souvent, ou si beaucoup d'erreurs différentes se produisent, ce peut être un signe que quelque chose doit changer. Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance, comme un ami ou un superviseur. Demandez-lui comment éviter ces erreurs à l'avenir.