

IL N'Y A PAS D'ÉCHEC SEULEMENT DU FEEDBACK!

Par Guillaume Leroutier



Nous expérimentons parfois le « sentiment d'avoir échoué ».
Ce sentiment ne correspond en aucun cas à une réalité objective.
Ce n'est pas un fait, c'est une perception et une émotion.

Apprendre à considérer l'«échec» comme une information est un pas déterminant vers une plus grande maturité. En effet, toute situation vécue comme un échec parle de nos attentes et de nos critères d'évaluation. Vous espéiez réussir un examen par exemple et vous n'avez pas réussi. Si votre déception est grande et que vous avez le sentiment d'avoir échoué, alors cela signifie que vos attentes étaient élevées. En fait, ce que nous recevons c'est du feedback. Si nous recevons ce feedback comme de l'information, cela nous aidera à voir cette expérience non pas comme un échec mais comme un apprentissage.

Ce postulat de la PNL est donc un recadrage : il place le concept «échec» dans un «cadre» différent. Que se passerait-il ainsi si, au lieu de nous morfondre ou de culpabiliser, en nous disant intérieurement : «Quel imbécile !» ou « Je n'y arriverai jamais, je suis trop nul, je n'ai vraiment pas été à la hauteur», nous nous disions à la place: «Qu'est-ce que j'apprends de cette situation?», «Comment puis-je faire pour faire mieux la prochaine fois ?», «Qu'est-ce que je dois changer pour y arriver?», «Qu'est-ce que je fais de différent lorsque je réussis ?». Cela nous éviterait plainte, découragement et déprime.

Toute situation nous fournit du feedback qui, si nous en tenons compte de façon constructive, nous indique ce qui a marché et ce qui a moins bien marché et comment nous pouvons mieux faire la prochaine fois. C'est ainsi que nous apprenons depuis notre naissance, par essais et erreurs.

Laissons-nous inspirer par Michael Jordan, l'extraordinaire basketteur : «J'ai raté plus de 9 000 paniers au cours de ma carrière. J'ai perdu près de 300 matchs. À 26 reprises, on m'a remis le ballon et j'ai raté le panier alors que j'aurais pu donner la victoire à mon équipe. Ma vie est une succession d'échecs. Voilà pourquoi je connais tant de succès.»

Alors apprenons à dédramatiser la notion d'échec ! Et inspirons-nous également de ce que disait Lee Iacocca : « Si vous voulez augmenter votre taux de réussite, commencez par doubler votre taux d'échec ! »