

## Mois 4 – Ténacité, Persévérance

La persévérance rogne les inégalités. Les hommes et les femmes qui partent dans la vie moins pourvus et nantis que d'autres peuvent surpasser ces derniers uniquement grâce à leur persévérance. Persévérer c'est savoir dépasser les obstacles, frontalement ou en les contournant. Et des obstacles nous en rencontrons tous, plus ou moins gros, plus ou moins souvent. Certaines personnes disent que la persévérance est le trait de caractère le plus important pour les personnes qui veulent réussir. Ce mois-ci vous travaillerez donc sur des exercices destinés à renforcer votre persévérance.

### SEMAINE 1 :

La persévérance aide à faire face à tous types d'obstacles et à les surmonter.

Nous pensons rarement aux nombreuses étapes difficiles que nous avons surmontées par le passé. Faites une liste de 10 choses pour lesquelles vous avez persévéré pour finalement **y arriver**. Cela vous aidera à réaliser que vous pourrez faire de même avec de futurs obstacles.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

## **SEMAINE 2 :**

Dressez maintenant une liste de 10 situations dans lesquelles vous n'avez pas obtenu les résultats escomptés. La chose principale à retenir ici... est que vous avez tout de même survécu à tout cela.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

## SEMAINE 3 :

Analysez les deux listes que vous avez créées. Dressez 5 points importants (leçons apprises) de votre expérience et listez-les. Cela peut être difficile, donc voici un exemple pour vous aider à commencer.

Leçon apprise:

J'ai appris en ayant échoué auparavant que j'étais capable de recommencer et finalement de réussir ce que j'avais entrepris. C'est tout ce qui compte.

Leçon apprise :

Leçon apprise :

Leçon apprise :

Leçon apprise :

Leçon apprise :

## SEMAINE 4 :

Revenez sur votre **plan de réussite** du mois 1 et repassez en revue votre liste d'objectifs. Voyez-vous un quelconque problème? Ecrivez tous les problèmes potentiels et décrivez comment vous pouvez persévérer afin de les surmonter. Si vous n'avez pas assez de place pour l'écriture, utilisez une nouvelle feuille blanche ou un document Word.