



*Salut à toi,*

Tu trouveras dans la page suivante une Fiche-Mémo à imprimer qui reprend « 7 Pensées à Bannir pour Libérer ton Potentiel » de l'article que dispo ici : [www.lesmathsentongs.com/7-pensees-bannir-pour-liberer-potentiel/](http://www.lesmathsentongs.com/7-pensees-bannir-pour-liberer-potentiel/).

Si tu souhaites aller plus loin ou qu'il y a toujours des trucs pas clairs pour toi, viens me poser tes questions dans les commentaires de l'article ou sur Facebook !

*Au plaisir de t'aider à Réussir,  
Steven.*

### *Les Points Clés de l'article*

- Il y a 2 manières d'entretenir le bon état d'esprit et de libérer ton potentiel :
  - Te nourrir le plus possible de phrases inspirantes ([ça c'est ici](#))
  - Eliminer toutes les pensées négatives qui viennent te polluer
- Dans la page suivante, je te résume les 7 Pensées que tu dois Bannir pour Libérer Ton Potentiel en te donnant les raisons et comment les oublier !
- Avant de dire que tu n'es pas bon en Maths, attends d'avoir vu tes résultats quand tu utiliseras ton vrai potentiel ;)

*Voici 7 Pensées que tu dois Absolument Enlever de ton Esprit !*

### #1 - « Je n'y arriverai jamais... »

- Si tu te dis que tu n'y arriveras jamais, il est presque certain que tu n'arriveras pas. Pourquoi essayer si tu ne penses pas y arriver ?
- Pour te donner toutes les chances de réussir, il faut y croire. Ensuite ce n'est qu'une question de temps, de travail et d'être bien accompagné

### #2 - « Les Maths, c'est trop dur ! »

- NON ce n'est pas TROP dur ! Par contre, je suis d'accord, « les Maths c'est dur »
- Si tu mets ce trop dans ta phrase, tu paralyse instantanément ton esprit et tu n'as plus aucune chance d'avancer dans la bonne direction.
- Modifie simplement ta phrase en « Les Maths c'est *très* dur ! ». Quelque chose de *très difficile* est atteignable, alors que quelque chose de *trop difficile* ne l'est pas.

### #3 - « De toute façon, j'ai jamais rien compris. »

- Si tu t'étais dit la même chose bébé, t'en serais toujours à ne pas savoir parler, ne pas savoir marcher, ne pas savoir manger seul, etc.
- Même si jusqu'à maintenant tu n'as rien compris en Maths, tu n'es pas du tout condamné à ne rien comprendre en Maths de toute ta vie
- Pour les gens qui ont des facilités, travailler seul suffit pour comprendre. Mais pour les autres, l'aide d'un professeur est une nécessité pour pouvoir voir le chemin à suivre...

### #4 - « Moi je suis plutôt littéraire. »

- Et moi, je suis plutôt scientifique ! Mais ça ne m'a jamais empêché d'avoir des notes très raisonnables en français ou en histoire.
- Pour t'ouvrir un maximum de portes pour la suite, il va te falloir des notes acceptables dans toutes les matières.
- Reste ouvert aux Maths, et aux autres matières scientifiques, et cherche des explications qui te parlent, différentes de celles que tu as eues jusqu'à maintenant

**#5 - « En Maths tout est trop abstrait... »**

- C'est vrai ! Mais c'est tout l'intérêt parce que ça permet de résoudre des problèmes de façon générique et donc de pouvoir réutiliser la solution trouvée pour résoudre tous les problèmes qui rentrent dans ce cadre
- Dans tout ce que tu fais en Maths au Lycée, tu peux trouver des exemples concrets qui vont te permettre de visualiser ces notions qui te paraissent abstraites.
- Accroche toi à ces exemples si tu trouves que les Maths sont trop abstraites et que c'est la raison pour laquelle tu n'y comprends pas grand chose

**#6 - « Les chiffres ça ne me parle pas du tout ! »**

- Es-tu sûr que ce soit vraiment un problème pour réussir en Maths ? Et si je te rappelais que les Maths ne sont pas que des chiffres...
- Les Maths c'est avant tout une logique qui consiste à trouver un résultat en utilisant les hypothèses de l'énoncé et des arguments que tu as appris en cours.
- Fais un truc simple la prochaine fois que tu te sens perdu avec des chiffres : écris-les sur le brouillon ! En les écrivant, ton cerveau va les matérialiser et ça va te simplifier le travail.

**#7 - « Les Maths c'est un truc de mec, non ? »**

- La photo est celle d'une femme que tu ne connais sûrement pas : Maryam Mirzakhani. Et pourtant c'est l'exemple parfait que les Maths ne sont pas qu'un truc de mec !
- Maryam a reçu la Médaille Fields en 2014 pour ces travaux de recherches en Maths. La médaille Fields ? C'est la plus haute distinction pour un mathématicien, l'équivalent du Prix Nobel de Maths (qui n'existe pas...).
- Évidemment notre sexe ne définit en rien notre capacité à être bon en Maths. Avant tout, c'est la volonté et le travail qui permet d'atteindre un bon niveau !



Maryam Mirzakhani - Médaille Fields 2014

*Viens me poser tes questions et  
me faire tes remarques !*

[Like ma page Facebook](#)

[Suis-moi sur Twitter](#)

[Abonne-toi à ma chaîne YouTube](#)

[Laisse un commentaire sur le site](#)

*Et aide-moi à aider tes amis en  
partageant avec eux !*

