



Je choisis la bonne route[©]

Mes paroles guident mon chemin



Mes paroles me conduisent sur la mauvaise route

Je ne suis pas bon!

Je ne suis pas capable!

[Soupirer]

C'est dur, c'est trop compliqué!

C'est trop difficile!

J'ai fait une erreur!

Je ne serai jamais aussi bon que...

Je ne peux pas faire mieux!

Je ne le sais pas!

Je ne veux plus le faire!

J'abandonne!

C'est ennuyeux!

C'est trop long!

Je change de discours pour choisir la bonne route

Je suis capable!

Je vais d'abord essayer!

[Inspirer]

Je vais utiliser une autre stratégie!

Je vais essayer encore pour m'améliorer!

J'apprends et je m'améliore!

Je suis meilleur que la dernière fois!

Je peux toujours faire place à l'amélioration!

Présentement, je sais que je connais...

Présentement, je sais que je suis capable de faire...

Je peux continuer à mon rythme!

Je poursuis mes efforts pour y arriver!

J'ai hâte de finir, mais je prends le temps de bien terminer!



Je choisis la bonne route ©

Mes paroles guident mon chemin



Mes paroles me conduisent sur la mauvaise route

Je change de discours pour choisir la bonne route
