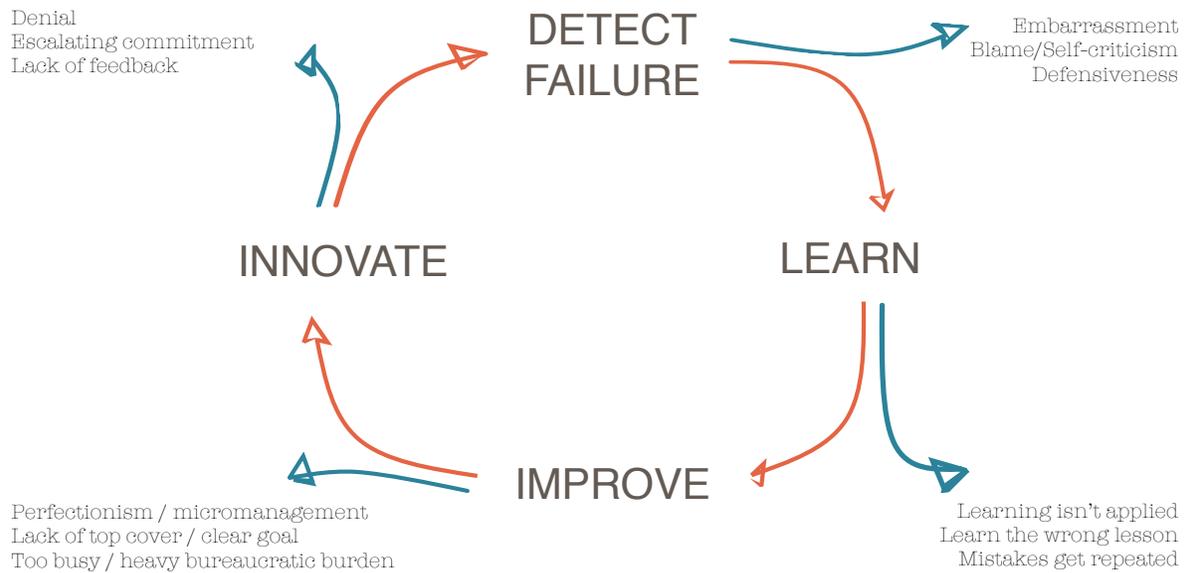


# HEALTHY RELATIONSHIP WITH FAILURE

## THE THEORY



## THE FOUR MINDSETS

<p><b>Blamelessness</b></p> <p>Focus on WHAT happened and HOW Not WHO</p>	<p><b>Empathy</b></p> <p>Strive to see the situation from the perspective of others</p>
<p><b>Humility</b></p> <p>If the failure was 99% out of our control, we look at and acknowledge the 1%</p>	<p><b>Curiosity</b></p> <p>Ask curious questions that help us learn and inspire us to keep innovating</p>

# A HEALTHY RELATIONSHIP WITH FAILURE

## ANALYZING FAILURE ACTIVITY WORKSHEET

### 1. Think of a time you failed in a professional context (work, school, volunteer role, etc.)

(Or if not an outright failure, a complicated or messy situation you played a role in.)

It can be big, or small; involve just you, or the whole organization; have happened yesterday, or a decade ago. It doesn't matter, so try not to overthink this!

If you have too many to choose from, the ideal choice is a professional failure experience that still weighs on you, or the one from which you'd most like to learn and grow.

### 2. Read through the self-reflection questions below. **Imagine someone you trust is asking you these questions**, and answer any that feel useful to you.

These questions are intended to both spark and help organize your thoughts and insights. No need to answer every single question! Focus on the ones that pique your interest.

#### WHAT DO YOU NEED?

- What is stopping you from wanting to examine, learn from, and talk openly and honestly about your experiences?
- What do you need in order to feel more comfortable talking about this situation?
- With whom should you share your needs?

#### WHAT IS THE SITUATION?

- What were your intended outcomes? How do those compare to your actual results?
- What worked really well, and what didn't?
- What caused your results? (Keep asking, "What caused that to happen?" until arriving at the deeper story behind the story.)

**WHAT DID I LEARN?**

- What did you do, or not do, to contribute to the results?
- What caused you to act that way? How did you arrive at your decisions?
- What prevented you from acting sooner?
- Do you notice any habits or trends in your behaviour?
- What does this experience cause you to question or think differently about?
- How are you better, stronger, wiser for this experience?

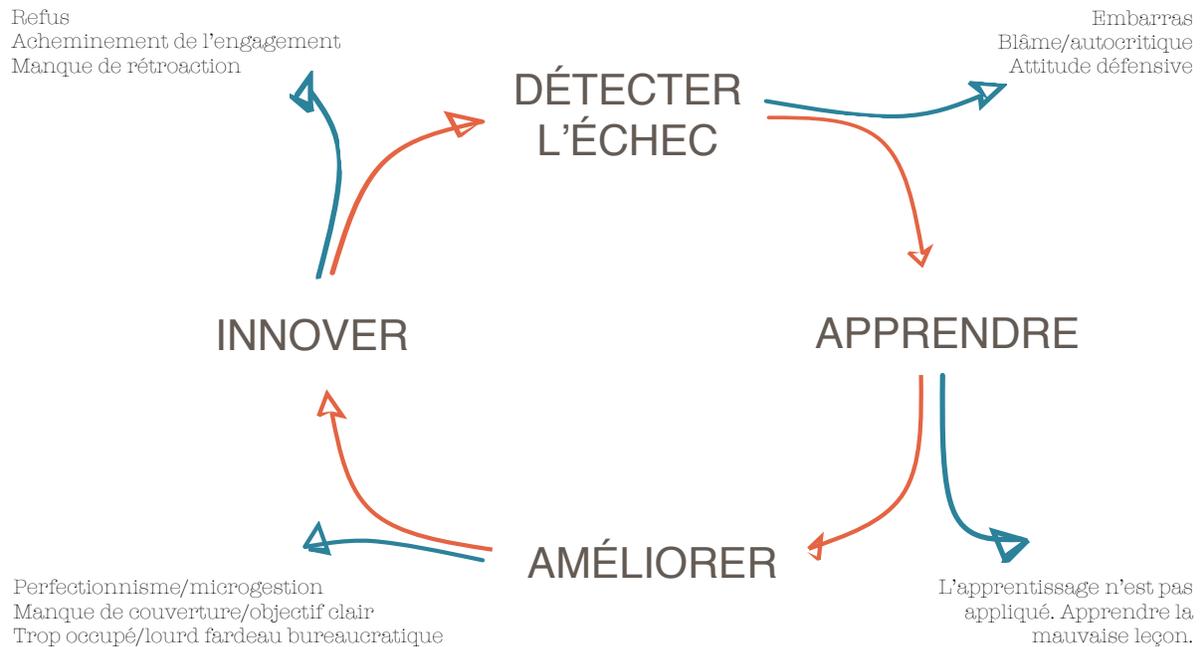
**WHAT CAN BE IMPROVED AND HOW?**

- How will you adjust your thinking, behaviour, and/or processes going forward?
- What is the next event to which you can apply what you are learning?
- Who else may benefit from this learning or need to be involved?

Version française / The English version precedes

# UNE RELATION SAINNE AVEC L'ÉCHEC

## LA THÉORIE



## LES QUATRE MENTALITÉS

<p><b>Irréprochable</b></p> <p>Concentrez-vous sur CE QUI S'EST PASSÉ et sur COMMENT, pas sur QUI.</p>	<p><b>Empathie</b></p> <p>Efforcez-vous de voir la situation du point de vue des autres.</p>
<p><b>Humilité</b></p> <p>Si l'échec était hors de notre contrôle à 99 %, nous examinons et reconnaissons le 1 %.</p>	<p><b>Curiosité</b></p> <p>Posez des questions curieuses qui nous aident à apprendre et nous inspirent à continuer d'innover.</p>

# UNE RELATION SAINNE AVEC L'ÉCHEC

## FEUILLE DE TRAVAIL DE L'ACTIVITÉ SUR L'ANALYSE DES ÉCHECS

### 1. Pensez à une situation où vous avez échoué dans un contexte professionnel (travail, école, rôle de bénévole, etc.)

[Ou s'il ne s'agit pas d'un échec flagrant, une situation compliquée ou désordonnée dans laquelle vous avez joué un rôle.]

Elle peut être grande ou petite, ne concerne que vous ou l'ensemble de l'organisation, s'est produite hier, ou il y a une décennie. Cela n'a pas d'importance, alors essayez de ne pas trop y réfléchir!

Si vous avez trop de choix, le choix idéal est une expérience d'échec professionnel qui pèse encore sur vous, ou celle dont vous aimeriez le plus apprendre et vous perfectionner.

### 2. Lisez les questions d'autoréflexion ci-dessous. **Imaginez qu'une personne en qui vous avez confiance vous pose ces questions, et répondez à celles qui vous semblent utiles.**

Ces questions sont destinées à susciter vos réflexions et vos renseignements et à les organiser. Pas besoin de répondre à chaque question! Concentrez-vous sur celles qui suscitent votre intérêt.

#### DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

- Qu'est-ce qui vous empêche de vouloir examiner vos expériences, d'en tirer des leçons et d'en parler ouvertement et honnêtement?
- De quoi avez-vous besoin pour vous sentir plus à l'aise pour parler de cette situation?
- Avec qui devriez-vous faire part de vos besoins?

#### QUELLE EST LA SITUATION?

- Quels étaient vos résultats escomptés? Comment ceux-ci se comparent-ils à vos résultats réels?
- Qu'est-ce qui a vraiment bien fonctionné et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné?
- Qu'est-ce qui a causé vos résultats? (Continuez à vous demander : « Qu'est-ce qui a fait en sorte que cela se produise? » jusqu'à ce que l'on arrive au récit le plus profond qui se cache derrière l'histoire.)

**QU'EST-CE QUE J'AI APPRIS?**

- Qu'avez-vous fait, ou pas fait, pour contribuer aux résultats?
- Qu'est-ce qui vous a amené à agir de cette façon? Comment en êtes-vous arrivé à vos décisions?
- Qu'est-ce qui vous a empêché d'agir plus tôt?
- Avez-vous remarqué des habitudes ou des tendances dans votre comportement?
- Qu'est-ce que cette expérience vous amène à remettre en question ou à penser différemment?
- Comment cette expérience vous rendra-t-elle meilleur, plus fort et plus sage?

**QU'EST-CE QUI PEUT ÊTRE AMÉLIORÉ ET COMMENT?**

- Comment allez-vous ajuster votre façon de penser, votre comportement ou vos processus à l'avenir?
- Quel est le prochain événement auquel vous pouvez appliquer ce que vous apprenez?
- Qui d'autre pourrait bénéficier de cet apprentissage ou qui devrait y participer?