

## Recadrage de sens

**Proposition :** Appliquer à des situations difficiles le recadrage de sens en suivant ce défi.

Dans la formation **Expérience CAP :**

~ *Module 3* ~

### Module 3 – Défi 11 : CAP d'utiliser la pensée positive ?

Dans ce défi, nous allons parler de **la pensée positive**.

La pensée positive est souvent controversée parce que beaucoup ont le sentiment qu'elle consiste à enfiler des lunettes roses, à masquer un peu la réalité, à ne pas regarder les choses en face. En réalité, c'est différent bien sûr !

— . - . - . - . - . - . -