

Table des matières

■ Introduction	1
----------------------	---

Première partie

ADOPTER LE BON ÉTAT D'ESPRIT

1. Comment améliorer vos résultats en changeant d'état d'esprit .	5
2. Comment se réconcilier avec les maths	11
3. L'image de soi est la clé du succès	17
4. Pas besoin d'être Einstein pour réussir	21
5. Votre avenir se décide aujourd'hui	27
6. Un seul prof qui croit en vous, peut changer votre vie	31
7. À quoi servent les études?	39
8. La meilleure technique pour le succès et la motivation	45
9. Votre potentiel est immense, ne lâchez rien	51
10. La recette pour une vie de champion	57
11. Le danger qui guette ceux qui réussissent	63
12. Leçons de sagesse de sept citations puissantes	67
13. Ne vous comparez pas aux autres	75
14. Conseils pour les parents d'élèves	79

Deuxième partie

APPLIQUER DES BONNES PRATIQUES

15. La principale cause d'échec scolaire et comment y remédier	89
16. Comment faire un bond dans vos études	99
17. La solution pour être sûr de progresser	103
18. La technique préférée des meilleurs élèves	107
19. Le plus grand secret pour réussir vos études	111
20. Comment étudier quand vous n'avez pas envie	115
21. Conseils pour réussir vos examens et concours	119
22. Comment être intéressé par n'importe quel sujet	125
23. La solution pour progresser systématiquement	129
24. Une technique pour être quatre fois plus efficace	137
25. Comment réviser et faire vos devoirs	141
■ Conclusion	147
■ Remerciements	149