



Fixed en Growth Mindset

Help ik word slim!

Agenda

- Voorstellen:
- Stellingen;
- Werking hersenen;
- Wat is fixed en growth mindset;
- Kenmerken van fixed en growth mindset;
- Mogelijkheid van verandering van mindset.

Stellingen

Waar is staan;

niet waar is zitten

Stellingen

Een persoonlijkheid is een vast gegeven?

Waar is staan;

niet waar is zitten

Stellingen

Intelligentie is een vaste eigenschap.

Waar is staan;

niet waar is zitten

Stellingen

Hersenen zijn een groei-orgaan.

Waar is staan;

niet waar is zitten

Stellingen

Je krijgt het met je geboorte mee, het is een gegeven?

Waar is staan;

niet waar is zitten

Stellingen

Ik kan geen Frans. Waarom dan toch leren?

Waar is staan;

niet waar is zitten

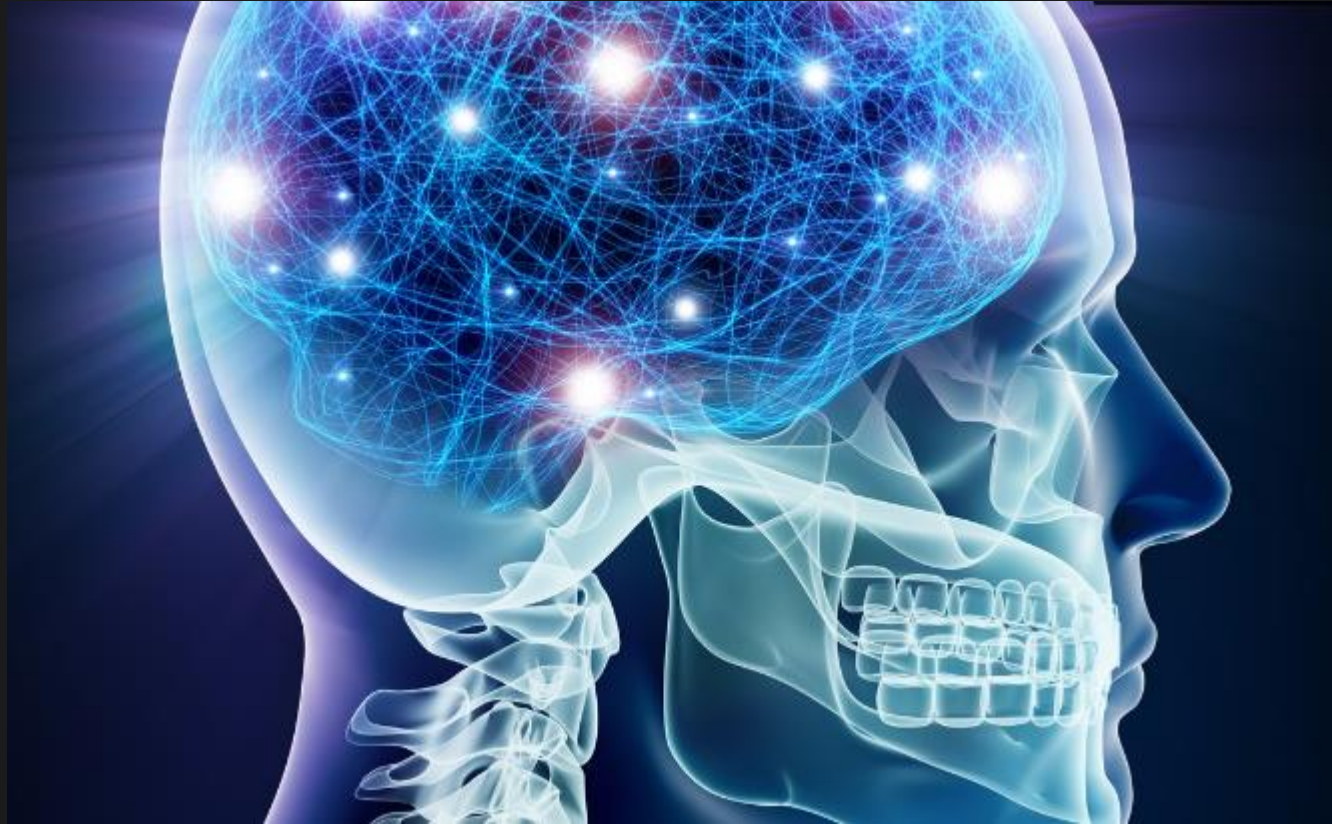
Stellingen

Natuurkunde is moeilijk, mijn ouders vinden dat ook.
Dus ik kan het niet.

Waar is staan;

niet waar is zitten

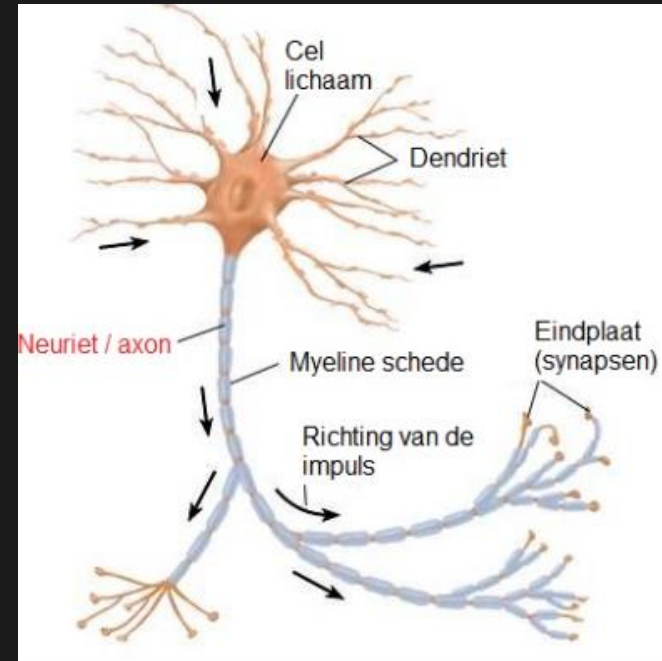
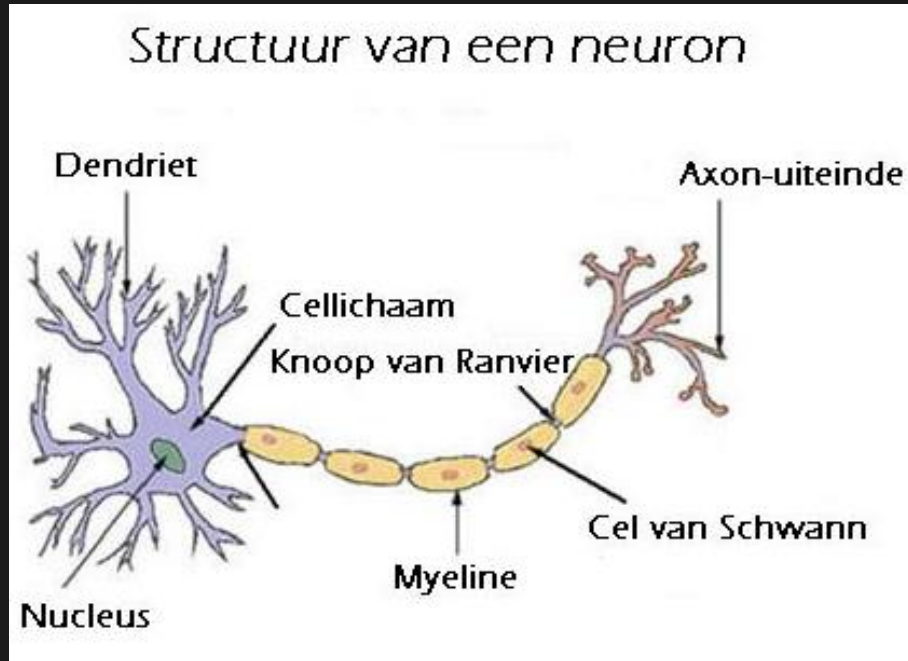
Hersens



Hersens



Hersens



Neuronen die samen vuren, worden goede buren.

Hersens



Hersens

- Carol Dweck
- Fixed en growht Mindset



Hersens

Fixed Mindset

Fixed

1. Ik kan dit niet.
2. Ik ben hier supergoed in.
3. Ik geef op.
4. Het is te moeilijk.
5. Beter dan dit kan ik het niet.
6. Ik snap er niets van.
7. Ik heb een fout gemaakt.
8. Ik word nooit zo slim als X
9. Dit is goed genoeg.
10. Plan A werkt niet.

Mixed

Growth Mindset

Growth

1. Ik kan dit **nog** niet. Wat kan ik leren? Wat mis ik?
2. Ik ben op de goede weg.
3. Ik hanteer een andere strategie.
4. Dit zal tijd en moeite kosten.
5. Ik blijf mijzelf verbeteren, dus ik blijf proberen.
6. Wat heb ik nodig om het te begrijpen?
7. Door fouten te maken leer ik.
8. Hoe heeft X het voor elkaar gekregen? Uitzoeken!
9. Kan ik echt niet beter?
10. Het alfabet heeft nog 25 letters 😊

Fixed mindset, volgens Dweck

- Dwang om jezelf te bewijzen;
- logisch; bij bepaalde intelligentie wil je bewijzen dat je dat in huis hebt;
- Als bewijzen niet kan. Gevolg gevoel van in gebrek blijven;
- Mensen met deze mindset hebben het doel om zich altijd te bewijzen;
- In relatie, studie, werkomgeving, carrière, sport en spel. Al tijd bevestiging zoekt van eigen karakter, persoonlijkheid of intelligentie;
- Situatie volgens vast patroon: zal ik worden geaccepteerd / afgewezen zal ik falen of slagen, zien ze mij als slim of dom? Voel ik mij een winnaar of verliezer?;
- Kan wel de absolute top halen. Geschiedenis bewijst het. echter minder prettige persoonlijkheden.

Growth mindset, volgens Dweck

- Gebaseerd op de overtuiging dat je basiskwaliteiten kunt veranderen door je eigen inspanningen;
-
- Ongeacht je aanvankelijke talenten en aanleg, interesses, karakter of 'temperament';
- Betekenis, definitie en impact van falen is anders;
- Je hebt een keuze;
- Helpende hand van ouders, vrienden, leraar of coach is het startpunt.

Fixed en Growth Mindset

	Zender	Ontvanger
Fixed Mindset	<ul style="list-style-type: none">• Dat heb je snel geleerd, je bent echt slim!• Je bent briljant, je hebt dat gedaan zonder inspanning.• Dit is niet jouw sterkste kant, maar in ben je wel goed.	<ul style="list-style-type: none">• Als ik niet snel leer, ben ik dus niet slim.• Ik moet het dus kunnen zonder inspanning, anders is er niet iets goed aan mij• Ik geef het op, want ik kan het niet goed.
Growth Mindset	<ul style="list-style-type: none">• Je hebt alle strategieën onderzocht, totdat je de oplossing hebt gevonden. Goed van jou.• Je hebt een echt uitdagend project op je genomen. Dat zal je veel tijd kosten en je gaat er veel van leren.• Jouw overwerk was lang en toont je betrokkenheid. Ik waardeer je inzet.• Iedereen leert anders, laten we op zoek gaan naar de methode die het best bij je past.	<ul style="list-style-type: none">• Het is dus oké om fouten te maken en te worstelen, gewoon door blijven gaan totdat je het hebt gevonden.• Uitdagingen aangaan is waardevol en het resulteert in nieuwe leerervaringen.• Het is gezien en men waardeert het dat ik betrokken ben en hard heb gewerkt.• Ik ben niet dom, ik moet gewoon op zoek gaan naar de methode die voor mij werkt.

Fixed en growth mindset



Van fixed naar growth mindset

- Stap 1: Weet dat er twee soorten mindset zijn:
 Wat de basisbegrippen er van zijn.
 Wat ze inhouden
 Hoe ze in elkaar grijpen.
 welke belemmeringen er door ontstaan.
- Stap 2: Realisatie dat de gedachten, overtuigingen, handelingen en
 kwaliteiten veranderd kunnen worden.

Van fixed naar growth mindset

Stap 3: Het logische vervolg is dan daadwerkelijk te starten door een **stap** te nemen.

Prijs daarbij vooral de werkeethiek, niet de intelligentie of het talent.

Het proces is velen malen belangrijker dan het resultaat.

Wat is de inzet?

Hoeveel moeite heeft het gekost?

Welke strategieën zijn gehanteerd?

Wat was hun doorzettingsvermogen?

Hoe is de uitdaging benadert,

Welke focus was er? en last but not least:

Wat is de verbetering?

Dit proces creëert een growth mindset!

Effect van fixed en growht mindset



Vragen?
