

A siker pszichológiája

„Nem tantárgyat tanítunk, hanem gyerekeket”

Kétórás műhelymunkát kínálunk szülőknek és érdeklődő pedagógusoknak a **hatékony tanulási motiváció** témakörében.

A műhelymunka során az alábbi kérdésekre keressük a válaszokat:

- Milyen jellemzői vannak a kétféle szemléletmódnak, amellyel a tanulási folyamatot megközelítjük?
- Hogyan tudjuk rögzült szemléletmódunkat fejlődésfókuszúra cserélni?
- Hogyan tudjuk támogatni gyermekeinket, diákjainkat abban, hogy tartós sikereket érjenek el?
- Miben különbözik a tanulási nehézségekről kialakult személyes percepció a fiúk és a lányok esetében?
- Milyen kommunikációs fordulatok lehetnek azok, amelyek a hétköznapi életben segítségünkre lehetnek?



Megnézünk és feldolgozunk egy **rövidfilmet**, amelyben Carol S. Dweck bemutatja a fejlődésfókuszú gondolkodásmódhoz kapcsolódó kísérletének sarokpontjait, majd **saját élményen alapuló helyzetgyakorlatokon** keresztül próbálhatjuk ki, hogyan működik az elmélet.

Elméleti háttér

Mi a legkézenfekvőbb módja annak, hogy sikereket érijünk el? Kétségtelenül **határaink legyőzése, képességeink és intelligenciánk fejlesztése.** Carol S. Dweck, a Stanford Egyetem pszichológusának kutatása szerint ezekhez **a kulcs a gondolkodásmódunkban rejlik**, mivel ez határozza meg, hogy hogyan tanulunk, hogyan állunk hozzá a kihívásokhoz, nehézségekhez.

Az emberek nagy többsége két fő kategóriába sorolható gondolkodásmódjukat tekintve. Az egyik oldalon állnak azok, akik kőbe vésettnek, véglegesnek vélik saját intelligenciaszintjüket és képességeiket. Ezzel szemben áll a másik csoport. Utóbbiak alaptézise az, hogy az alapvető tulajdonságok erőfeszítés és munka által fejleszthetőek.



Honnan jön a gondolkodásmód?

A pszichológus szerint a gondolkodásmód már fiatal korban rögzülhet, ezért a szülők és a tanárok vannak a legnagyobb befolyással ennek megerősítésére vagy átalakítására. **Amikor egy szülő saját gyermekét képességei szerint ítéli meg, a gyerek is ezeken a határokon belül kezd el gondolkodni magáról.**

A fejlődésfókuszú modellre alapozott tanítási módszertannal hosszú távon (a kutatás szerint egy, illetve két tanév alatt) jelentős javulást értek el hátrányos helyzetű diákok tanulási eredményeiben is.

Lányok és fiúk

Tanulmányok igazolják, hogy **a lányok ötödikes korukig felülmúlják a fiúkat, a tanulási eredményeket tekintve.** Mi történik ezután? A lányok az addig kapott

visszajelzések alapján kezdenek el teljesíteni. Mivel a lányoknál hamarabb alakul ki az önkontroll készsége, gyakran dicsérik náluk a már kialakult állapotot, hogy mennyire „jó” és „okosak”. Ezzel szemben, mivel a fiúkat gyakran nehezebb kitartó koncentrációra és fegyelemre bírni, gyakrabban biztatják őket arra, hogy tegyenek több erőfeszítést. Azok, akinél a kialakult állapotot, viselkedést hangsúlyozzák, egy idő után azokat a saját kereteiként kezdi értelmezni, és ha nem sikerül egy feladat, azt a következtetést vonhatja le, hogy nem „elég jó” vagy nem „elég okos”. Viszont **mivel a tanulás egy folyamat, nagyon fontos, hogy az erőfeszítést, a részeredményeket, a stratégiát, a kitartást dicsérjük**, hiszen ezzel ösztönözzük arra, hogy újra és újra képessé váljon átlépni az elakadások emelte falakat.

Miért vegyen részt foglalkozásunkon?

Gondolkodásmódunk alapvetően attól függ, hogyan látjuk magunkat, mit gondolunk magunkról. Ez a hozzáállás megváltoztatható. Workshopunk során **résztevőink képessé válhatnak felismerni, hogy életük mely területein gondolkodnak rögzült szemléletmóddal, és elkezdhetik felszámolni az önkorlátozó mechanizmusokat.** Ha megértjük, hogy képességeink és intellektuális minőségünk nincs kőbe vésve, hanem folyamatos és tudatos erőfeszítéssel fejleszthető, könnyen tetten érjük azokat a gondolatokat, amelyek nem a sikerre vezetnek. Ahogy a tanulmány szerzője mondja:

„Az erőfeszítés hozza felszínre a képességeket, és teszi azokat valós sikerekké.”



Ha programunk felkeltette érdeklődését, a részletekért keresse Kukity Krisztinát, a Partners Hungary Alapítvány trénerét:

telefon: 70 944 6357

e-mail: kukityk@partnershungary.hu

Várjuk jelentkezését!