



กรอบความคิดแบบเติบโต

Growth Mindset

“ รักเรียนรู้ และชอบความท้าทาย ”

Mindset คืออะไร ?

เป็นกลุ่มของความเชื่อ หรือวิธีการคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรม มุมมองและทัศนคติ Carol Dweck ผู้คิดค้นทฤษฎีเรื่อง Mindset ได้แบ่งประเภทของ Mindset เป็น 2 แบบด้วยกัน คือ



Growth Mindset สำคัญอย่างไร ?

- เด็กที่มี Growth Mindset จะมีความกระตือรือร้นในการเรียน ใส่ใจ สนุกกับการแก้ปัญหา สนุกกับการเรียนรู้ และพัฒนาสิ่งใหม่ๆ ที่ท้าทาย
- จากการศึกษานี้ในเด็กพบว่าเด็กที่มี Growth Mindset จะประสบความสำเร็จในการศึกษา มากกว่ากลุ่มที่มี Fixed Mindset



เราจะสร้าง Growth mindset ให้กับเด็กของเราได้อย่างไร ?

- ครูเป็นตัวอย่างของการมี **Growth Mindset** เป็นตัวอย่างให้เด็กเห็นว่าครูไม่ย่อท้อต่อปัญหา สนุกกับการเรียนรู้ไปพร้อมกับเด็กๆ รวมทั้งถ่ายทอดความเชื่อว่า เด็กทุกคนพัฒนาได้ด้วยการสอนอย่างตั้งใจ ให้ความสนใจ และให้โอกาสเด็กทุกคนในการเรียน ไม่ตัดสินเด็ก
- สอนให้เด็กเข้าใจเรื่อง **Growth Mindset** เข้าใจว่าเราทุกคนมีศักยภาพที่จะเรียนรู้และพัฒนาสิ่งสำคัญ คือความพยายามในการเรียนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และทำทนายตนเองให้พัฒนาไปเรื่อยๆ
- ใช้วิธีการสื่อสารกับเด็ก ส่งเสริมให้เด็กมีความพยายาม สนใจในกระบวนการเรียนรู้ และไม่ย่อท้อเมื่อยังไม่ถึงเป้าหมาย
- ให้เด็กเห็นคุณค่าของความพยายาม โดยการให้คำชมในความพยายามของเด็ก
- ใส่ใจกับกระบวนการในการทำงานหรือการเรียนของเด็ก เพื่อให้เด็กเห็นว่ากระบวนการ (Process) สำคัญกว่าผลลัพธ์ (Outcome)
- ใช้วิธีการปรับคำพูดเพื่อปรับมุมมองให้เด็กไม่ย่อท้อแม้ว่ายังไม่ถึงเป้าหมายโดยการใช้คำว่า "ยัง" (Power of yet)

ตัวอย่างสถานการณ์ :

เมื่อเด็กทำโจทย์เลขไม่ได้

“เธอแค่ยังทำไม่ได้ ลองเปลี่ยนวิธีดูสิ...”

เมื่อเด็กเสิร์ฟลูกบอลไม่ได้

“เธอยังเสิร์ฟไม่ได้ ลองพยายามฝึกแบบนี้...”

- ให้เด็กเรียนรู้และพัฒนาผ่านการให้ **Feedback** เพราะหากเด็กทำพฤติกรรมที่ผิดเป็นประจำ โดยไม่มีคนบอกสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข ก็จะทำพฤติกรรมนั้นคงอยู่กับเด็กไปเรื่อยๆ ดังคำกล่าวที่ว่า การฝึกฝนทำให้เกิดความสมบูรณ์แบบนั้นไม่เป็นจริงทั้งหมด การฝึกฝนในวิธีที่ผิดทำให้เกิดพฤติกรรมผิดๆที่คงทนถาวร

กรอบความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset)

สมองพัฒนาได้เหมือนกล้ามเนื้อ

การฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง
ทำให้สมองทำงานได้ดีขึ้น

การทำงานหนัก และ เรียนรู้สิ่งใหม่
ทำให้สมองจะเชื่อมโยงสิ่งใหม่ต่างๆ
เข้ากับประสบการณ์ ซึ่งจะช่วยให้ฉลาดขึ้นได้



Practice makes Perfect จริงหรือไม่ ?

มีคำกล่าวที่ว่า Practice makes Perfect หมายความว่า ความตั้งใจในการฝึกฝนเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยให้เก่งหรือประสบความสำเร็จในเรื่องนั้นอย่างสมบูรณ์แบบ หรืออาจจะแปลง่าย ๆ ได้ว่า "ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น"

ความจริงแล้ว ถ้าพูดให้ตรงและถูกต้องขึ้น ควรกล่าวว่า "การฝึกฝนจะช่วยให้เกิดความเชี่ยวชาญและ **ความชำนาญในสิ่งที่ฝึก**" ต่างหาก (Practice makes Permanent) เพราะถ้าเราหมั่นฝึกในวิธีคิดที่ผิด เราก็จะชำนาญขึ้นในการทำผิดและไกลจากความสำเร็จมากขึ้นไปอีก

อย่างเช่นนักกีฬา หากฝึกฝนอย่างผิดวิธีก็ทำให้ **เก่งในวิธีที่ผิด** และอาจส่งผลให้ร่างกายบาดเจ็บได้ในที่สุด

ด้วยเหตุนี้ การที่เด็กจะประสบความสำเร็จได้ ต้องอาศัยทั้งความพยายามในการฝึกฝน (Practice) และมีครูช่วยชี้แนะในทางที่ถูกต้องโดยอาศัยการ Feedback