



**Universidad
de Padres**



**Cómo desarrollar la
mentalidad de crecimiento
de su hijo**

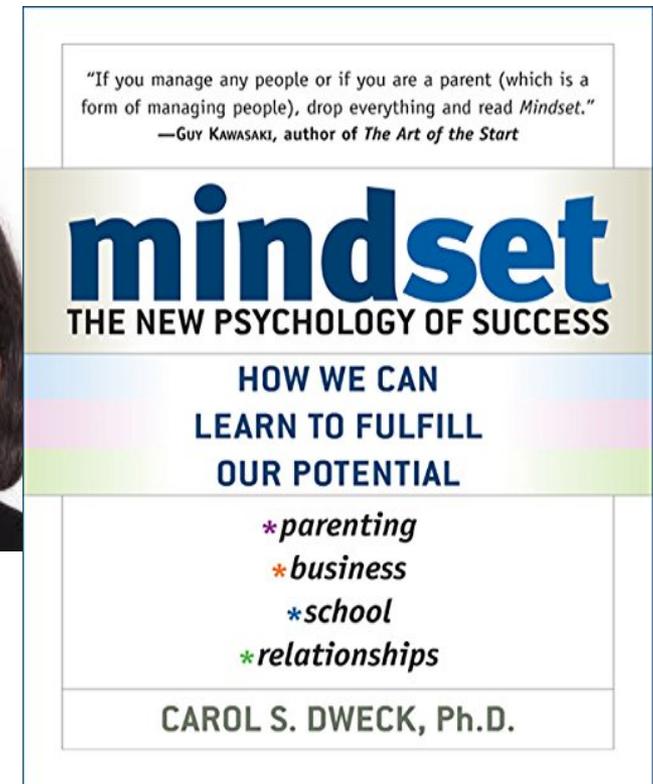


Resultados de aprendizaje esperados:

- Crear una conciencia de Mentalidad de Crecimiento.
- Definir Mentalidad de Crecimiento.
- Practicar Mentalidad de Crecimiento.
- Usar con su hijo las declaraciones de Mentalidad de Crecimiento.

¿Qué es la Mentalidad de Crecimiento?

- ❖ Dra. Carol Dweck, maestra de psicología.
- ❖ Mentalidad de Crecimiento: Disfrutar aprendiendo y siendo un estudiante exitoso.
- ❖ Fomentar la **DETERMINACIÓN** y la **PERSISTENCIA** y la importancia del **ESFUERZO** sostenido.

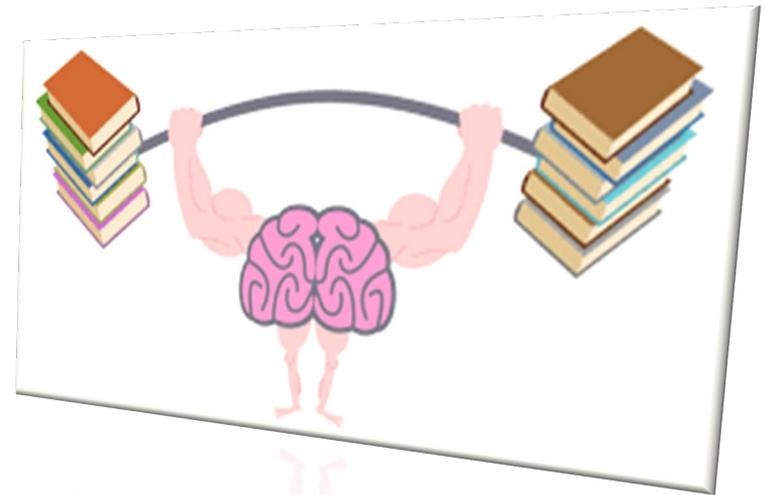


Su cerebro es como un músculo

Cuando entrena un músculo, este crece basándose en la cantidad de esfuerzo que haga en el entrenamiento.

Está demostrado que esto también pasa con su cerebro.

Cuanto más **ESFUERZO** haga en su **APRENDIZAJE**, más fuerte se hará.



Capacitación para ser taxista en Londres



- ❖ ¿Cuánto tiempo cree que toma llegar a ser taxista en Londres?
 - 3 años
- ❖ Los taxistas necesitan encontrar rutas alternativas por la ciudad para evitar el tráfico excesivo.
- ❖ Los estudios sobre este entrenamiento muestran en los conductores un desarrollo del cerebro del 30% desde el principio al final de la capacitación.

Todos tenemos una mentalidad

MENTALIDAD DE CRECIMIENTO

La inteligencia y el talento pueden subir y bajar.

MENTALIDAD FIJA

La inteligencia y el talento son fijos desde el nacimiento.

Muchos tenemos **MENTALIDAD FIJA** sobre unas experiencias y temas y **MENTALIDAD DE CRECIMIENTO** sobre otras

Resultados de aprendizaje esperados:

¿Qué tipo de mentalidad tiene?



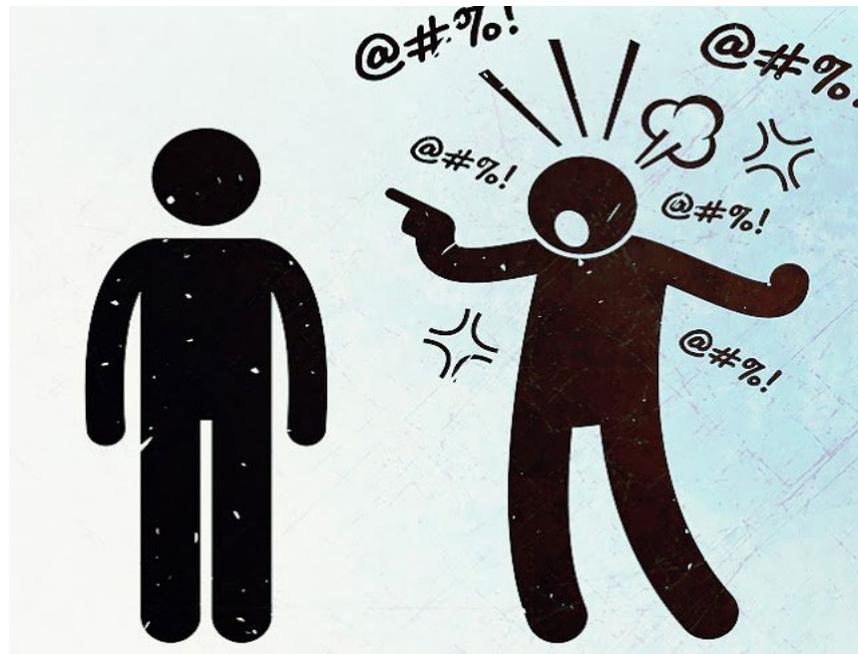
I can learn anything I want to.
When I'm frustrated, I persevere.
I want to challenge myself.
When I fail, I learn.
Tell me I try hard.
If you succeed, I'm inspired.
My effort and attitude determine everything.



I'm either good at it, or I'm not.
When I'm frustrated, I give up.
I don't like to be challenged.
When I fail, I'm no good.
Tell me I'm smart.
If you succeed, I feel threatened.
My abilities determine everything.

Mentalidad de crecimiento

- ❑ Comienza con nosotros:
¿Qué hacemos cuando las cosas se ponen difíciles?

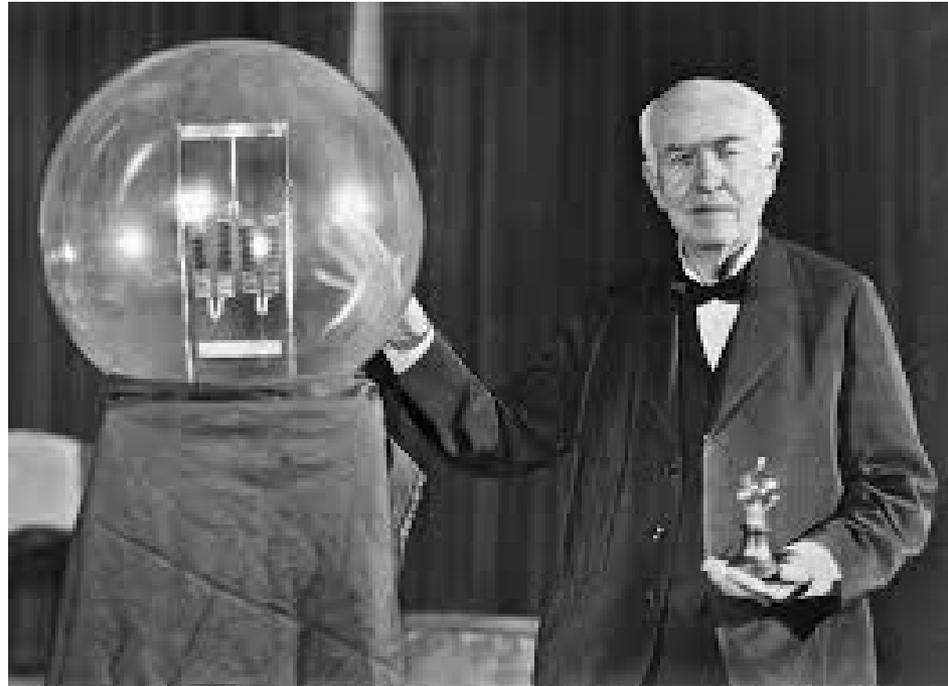


Casos de Mentalidad de Crecimiento en adultos

¿Quién es él?

Thomas Edison

“No fracasé. Solo descubrí 10,000 maneras de que no funcionara.”



Casos de Mentalidad de Crecimiento en adultos

¿Quién es ella?

Angie Thomas, autora de
“The Hate U Give (THUG)”

*“Tengo amigos escritores que han sido rechazados 500 veces. Un **SÍ** puede cambiarlo todo. Sé persistente”*

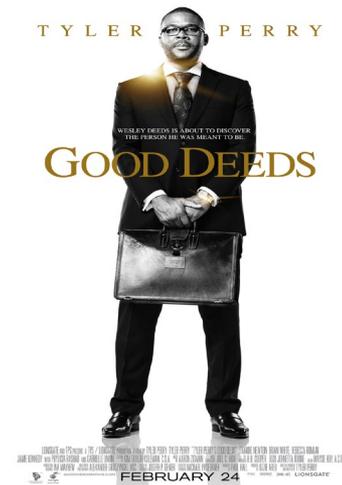


Casos de Mentalidad de Crecimiento en adultos

¿Quién es él?



Tyler Perry
“No creo que los sueños mueran. Creo que la gente se rinde.”



El camino del éxito



Todo parece sin esfuerzo y que “simplemente ocurre”. La realidad del éxito es que es un camino de subida a la montaña en zigzag.

Cómo fomentar metas de aprendizaje

- Todos necesitamos pensar en el proceso de aprendizaje y qué se necesita para dominar cosas nuevas.
- Este año, anime a sus hijos a desarrollar:
 - ✓ Contraste mental
 - ✓ Maravillosos errores
 - ✓ Persistencia
 - ✓ Probar cosas nuevas
 - ✓ Repetición
 - ✓ Aprender de la prueba y error.



Cómo enseñarle a tu hijo el lenguaje de Mentalidad de Crecimiento

Esfuerzo

Reto

Perseverancia

Pensar

Aprender

Retroalimentación

Decisiones

Reintentar

Determinación

Enfoque

Errores maravillosos

Coraje

Fallo útil

Crecimiento

Prueba y error

Corregir, editar y más

Reflexión

Persistencia

Resistencia

Proceso

I have a **GROWTH MINDSET.**

I am in charge of how smart I am because

I can **GROW** my **BRAIN**

like a muscle by learning hard things.

I can achieve

ANYTHING

with **EFFORT** and

RIGHT STRATEGIES.

And when I fail or make a mistake,

it is a **GREAT** thing, because

I can **LEARN** from them and

I GET BETTER!

Big Life Journal
www.biglifejournal.com

Contraste mental

Se dibuja un contraste entre lo que se desea y lo que se necesita realizar para hacer ese deseo realidad.

Si... Entonces...

Ejemplo:

Si quiero tocar el piano, **entonces** debo practicar cada noche.

Si quiero pasar la prueba de matemáticas, **entonces** debo practicar mis ecuaciones de álgebra en la mañana y en la tarde.

Su turno,

Cree dos frases con ***Si... Entonces...*** que pueda aplicar con su hijo



Errores maravillosos: aceptar los errores mejora el aprendizaje

25 formas de desarrollar la Mentalidad de Crecimiento

1. Reconocer y aceptar las imperfecciones.

Escondese de sus debilidades significa que nunca las va a superar.

2. Ver los retos como oportunidades.

Tener Mentalidad de Crecimiento significa disfrutar de las oportunidades de superación. Aprenda cómo fracasar bien.

3. Intentar diferentes tácticas.

No hay un modelo único para el aprendizaje. Lo que funciona para alguien puede no funcionar para usted. Aprenda sobre las estrategias de aprendizaje.

4. Seguir las investigaciones sobre la plasticidad del cerebro.

El cerebro no es algo fijo; la mente tampoco debería serlo.

5. Sustituir la palabra “fracasar” por la palabra “aprender”.

Cuando comete un error o no logra su meta, no ha fracasado, ha aprendido.

25 formas de desarrollar la Mentalidad de Crecimiento

6. Dejar de buscar la aprobación.

Cuando se da prioridad a la aprobación sobre el aprendizaje, se está sacrificando el propio potencial de crecimiento.

7. Valorar el proceso sobre el resultado final.

Las personas inteligentes disfrutan del proceso de aprendizaje, y no les importa cuando este se alarga más allá del tiempo previsto.

8. Cultivar el sentido de propósito.

La investigación de Dweck también mostró que los estudiantes con una mentalidad de crecimiento tenían un mayor sentido de propósito. Mantenga en mente la visión global.

9. Celebrar el crecimiento con los demás.

Cuando se aprecia el crecimiento, se desea compartir el progreso con los demás.

10. Destacar el crecimiento sobre la rapidez.

Aprender rápido no significa aprender bien, y aprender bien a veces requiere tiempo para cometer errores.

25 formas de desarrollar la Mentalidad de Crecimiento

11. Recompensar acciones, no habilidades.

Felicite a los estudiantes cuándo estén haciendo algo inteligente con esfuerzo, no solo por serlo.

12. Redefinir "genio".

El mito ha sido destruido: el genio requiere trabajo duro, no solo talento.

13. Considerar las críticas como positivas.

No tiene que usar ese término tan usado de "crítica constructiva", pero sí tiene que creer en el concepto.

14. Desasociar la mejora del fracaso.

Deje de asumir que el "capacidad para mejorar" se traduce en un fracaso.

15. Proporcionar oportunidades regulares para la reflexión.

Deje que los alumnos reflexionen sobre su aprendizaje al menos una vez al día.

25 formas de desarrollar la Mentalidad de Crecimiento

16. Anteponer el esfuerzo al talento.

El trabajo duro siempre debe ser recompensado antes que la habilidad innata.

17. Defender la relación entre el aprendizaje y el "entrenamiento del cerebro".

El cerebro es como un músculo que necesita ser entrenado, al igual que el cuerpo.

18. Cultivar la determinación.

Los estudiantes con una dosis de determinación extra tendrán más probabilidades de buscar la aprobación de ellos mismos en lugar de la de otros.

19. Abandonar la imagen.

"Inteligente por naturaleza" suena casi tan creíble como "por generación espontánea". No se logrará la imagen si no se está preparado para trabajar por ella.

20. Usar la palabra "todavía".

Dweck dice que "todavía no" se ha convertido en una de sus frases favoritas. Cuando vea que los estudiantes tienen dificultades con una tarea, solo dígales que "todavía no" la han dominado.

25 formas de desarrollar la Mentalidad de Crecimiento

21. Aprender de los errores de los demás.

No siempre es bueno compararse a los demás, pero es importante darse cuenta que los seres humanos compartimos las mismas debilidades.

22. Ponte una nueva meta por cada meta lograda.

Nunca se termina de aprender. Solo porque una prueba parcial haya acabado no significa que se vaya a dejar de estar interesado en la asignatura. Las personas con mentalidad de crecimiento saben cómo crear nuevas metas constantemente para mantenerse motivados.

23. Tomar riesgos en compañía de otros.

No tener miedo al ridículo constantemente y permitirse meter la pata de vez en cuando. Esto hará que se puedan tomar riesgos más fácilmente en el futuro.

24. Pensar en el tiempo y el esfuerzo de manera realista.

Toma tiempo aprender. No se debe esperar dominar cada tema de una sentada.

25. Tomar posesión de su actitud.

Una vez que se desarrolla la Mentalidad de Crecimiento, hay que adueñarse de ella. Hay que ser consciente de que se posee una mentalidad de crecimiento y sentirse orgulloso para guiarse por ella a lo largo de la carrera.

¿Qué paso has dado hoy?



Anima a tu hijo

Usa esta frase: “No lo has aprendido... TODAVÍA”





¡Gracias!