

ذهنیت انعطاف پذیر، رشد و ارتقاء رویکرد گام به گام

آنی بروک و هدر هاندلی

ترجمه

سارا یداللهی

عضو هیئت علمی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی

الهام توکلی

عضو هیئت علمی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی

فاطمه ترابی

دکترای روان شناسی کودکان با نیازهای ویژه و مدرس دانشگاه

سرشناسنامه: بروک، آنی - Brock, Annie
عنوان و نام پدیدآور: ذهنیت انعطاف‌پذیر، رشد و ارتقاء رویکرد گام‌به‌گام / آنی بروک، هدر هاندلی؛ ترجمه سارا یداللهی، الهام توکلی، فاطمه ترابی.
مشخصات نشر: تهران: انتشارات اسپار، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۲۶۱ ص.؛ جدول: ۵/۱۴×۲۱/۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۳۹-۰۳-۳
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یاداشت: عنوان اصلی: The growth mindset coach : a teacher's month-by-month handbook for empowering students to achieve . [2016].
یاداشت: چاپ اول
یاداشت: کتابنامه: ص. ۲۵۹ - ۲۶۱.
عنوان دیگر: مربی باورافزایی: کتاب راهنمای ماهانه معلمان برای توانمندسازی دانش‌آموزان در مسیر موفقیت.
موضوع: موفقیت تحصیلی
موضوع: Academic achievement
موضوع: انگیزش در آموزش و پرورش
موضوع: Motivation in education
موضوع: یادگیری -- روان‌شناسی
موضوع: Learning, Psychology of
شناسه افزوده: هاندلی، هبتر
شناسه افزوده: Hundley, Heather
شناسه افزوده: یداللهی، سارا، ۱۳۶۳ - مترجم
شناسه افزوده: توکلی طرقي، الهام، ۱۳۶۶ - مترجم
شناسه افزوده: ترابی، فاطمه، ۱۳۶۳ - مترجم
رده بندی کنگره: LB1۰۶۵
رده بندی دیویی: ۳۷۰/۱۵۲۳
شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۹۵۱۲۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا



نشر اسپار

ذهنیت انعطاف‌پذیر، رشد و ارتقاء
رویکرد گام‌به‌گام

ناشر: اسپار

قیمت: ۷۸۰۰۰ تومان

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

چاپ اول: زمستان ۱۴۰۰

ناظر چاپ: کریم افروز منش

صفحه آرا: علی اصغر فروغی

طراح جلد: یلدا محسنی

چاپ و صحافی: پردیس دانش

فروشگاه و دفتر مرکزی: خیابان سه‌رودی شمالی، خیابان شهید فندی، کوچه دوم، پلاک ۹

تلفن: ۸۸۵۱۲۶۸۸ - ۸۶۰۴۵۶۲۵

فروش اینترنتی: dr.hamidpour.asbar.pub

تقدیم به ابیگیل، آدیسون، آبوت، بودی، لایلا و تمامی کودکانی که ملاقات کردیم و همچنان ملاقات می‌کنیم.

باشد که با قدرت و عزمی راسخ با چالش‌ها مواجه شوید، قوی‌تر و خردمندتر از قبل از شکست‌ها برخیزید و با باوری عمیق و پایدار به قدرت خود، رؤیاهای دور و درازتان را به دستاوردهایی بزرگ تبدیل کنید.

فهرست

- مقدمه: دو ذهنیت ۹
- فصل اول: گام اول (مهرماه): تدریس تمرین است نه اقدامی بی عیب و نقص ۱۹
- فصل دوم: گام دوم (آبان ماه): همه می توانند بیاموزند! ۳۷
- فصل سوم: گام سوم (آذرماه): مغز من مثل عضله ای است که رشد می کند! ۶۷
- فصل چهارم: گام چهارم (دی ماه): من عضو ارزشمندی از این اجتماع یادگیری هستم ۸۹
- فصل پنجم: گام پنجم (بهمن ماه): عاشق چالش هستیم! ۱۱۵
- فصل ششم: گام ششم (اسفند ماه): بازخورد موهبت است. آن را بپذیرید. ۱۴۳
- فصل هفتم: گام هفتم (فروردین ماه): هدف بدون برنامه فقط آرزو است ۱۵۷
- فصل هشتم: گام هشتم (اردیبهشت ماه) اشتباه ها فرصت هایی برای یادگیری هستند .. ۱۷۷
- فصل نهم: گام نهم (خرداد ماه): بین ندانستن و هنوز ندانستن تفاوت وجود دارد! ۱۹۳
- فصل دهم: گام دهم (تیر ماه): فهمیدم! ۲۱۳
- فصل یازدهم: گام یازدهم (مرداد ماه) اگر از خودم مراقبت نکنم
از دیگران نیز نمی توانم مراقبت کنم! ۲۲۷
- فصل دوازدهم: گام دوازدهم (شهریور ماه): هر روز جدید فرصتی تازه برای رشد است ۲۴۳
- پی نوشت ۲۵۵
- منابع ۲۶۳
- درباره ی نویسندگان ۲۶۷

مقدمه: دو ذهنیت

کارول دوئک، استاد افتخاری (لوئیس و ویرجینیا ایتون) روانشناسی دانشگاه استنفورد در سال ۲۰۰۶ کتابی با عنوان «ذهنیت: روانشناسی نوین موفقیت» منتشر کرد. دوئک در این اثر که بیش از سی سال پژوهش درباره‌ی چگونگی موفقیت افراد را شرح می‌دهد، جزئیات نظریه‌ی ساده اما قدرتمند خود درباره‌ی دو ذهنیت را بیان می‌کند. او این دو ذهنیت را در خلال فعالیت‌های خود کشف کرده است و آن‌ها را ذهنیت ثابت و ذهنیت انعطاف‌پذیر نامید (۱).

ذهنیت ثابت: باور به این‌که ما با میزان ثابت هوش و توانایی متولد شده‌ایم. افرادی که با ذهنیت ثابت فعالیت می‌کنند، تمایل به اجتناب از چالش‌ها و شکست‌ها دارند و بنابراین خود را از زندگی غنی از تجربه و یادگیری محروم می‌کنند (۲).

ذهنیت انعطاف‌پذیر: باور به این‌که افراد با تمرین، استقامت و تلاش، توانایی بی‌حد و حصری برای یادگیری و رشد دارند. افرادی که با ذهنیت انعطاف‌پذیر فعالیت می‌کنند، بدون نگرانی ناشی از اشتباه یا خجالت‌زدگی، با اعتماد به نفس با چالش‌ها مواجه می‌شوند و روی فرایند رشد خود متمرکز می‌مانند (۳).

دو ذهنیت متضاد ثابت و منعطف در همه‌ی ما وجود دارند و انتخاب ما برای دیدن جنبه‌های مختلف زندگی مان با ذهنیت انعطاف‌پذیر یا ثابت می‌تواند تفاوت بزرگی ایجاد کند. دوئک در کتاب ذهنیت اشاره می‌کند همه‌ی مردم زندگی‌شان را با ذهنیت انعطاف‌پذیر شروع می‌کنند. در واقع، کودکان جلوه‌ای ذهنیت انعطاف‌پذیر هستند. آن‌ها اهمیتی نمی‌دهند که گفتارشان بی‌معناست زیرا در حال یادگیری سخن گفتن هستند. اگر آن‌ها پس از چند قدم زمین بخورند، سریع بلند می‌شوند زیرا در حال یادگیری راه رفتن هستند.

دوئک در کتاب خود این سؤال را مطرح می‌کند که «چه چیزی می‌تواند به این یادگیری پر بار پایان دهد؟» پاسخ ساده است؛ «ذهنیت ثابت! برخی از کودکان به محض این‌که قادر به ارزیابی خود می‌شوند، از چالش‌ها می‌ترسند. آن‌ها از باهوش نبودن بیم دارند».

راهبری ذهنیت انعطاف‌پذیر با الهام از پیکره‌ی تحسین‌برانگیزی از فعالیت‌ها و پژوهش‌های دوئک به مشاوره و راهنمایی معلمان می‌پردازد که می‌خواهند از قدرت ذهنیت انعطاف‌پذیر بهره‌مند شوند. تجربه‌ی ما به عنوان معلمان کلاس باعث شده است از صمیم قلب به نظریه‌ی دوئک مبنی بر این‌که کاربرد ذهنیت انعطاف‌پذیر در کلاس درس می‌تواند منجر به پیشرفت قابل توجه دانش‌آموزان شود، باور داشته باشیم. ما به عنوان معلم هر روز فرصت داریم ذهنیت انعطاف‌پذیر را در دانش‌آموزان مان و اعضای محیط مدرسه تشویق کنیم. در این کتاب، در تلاش برای روشن ساختن زمینه‌های ویژه‌ای هستیم که فرصت‌هایی برای پرورش ذهنیت انعطاف‌پذیر در دانش‌آموزان ایجاد می‌کنند و همچنین راهبردهای عملی برای کسانی فراهم می‌کنند که می‌خواهند این فرصت‌ها را در تلاش برای توانمندسازی دانش‌آموزان برای دستیابی به هدف به کار گیرند.

شیوه‌ی استفاده از این کتاب

کتاب ما به عنوان راهنمایی برای معلمان علاقه‌مند به ایجاد محیطی رشد-محور در کلاس، طراحی شده است. تغییر کلاس از محیطی برای آموزش و سنجش به روش سنتی به محیطی که رشد‌دهنده‌ی ذهنیت انعطاف‌پذیر باشد، زحمت زیادی می‌طلبد. ما این کتاب را نوشته‌ایم تا به معلمان کمک کنیم این کار را به بخش‌های قابل مدیریت تقسیم کنند و به تمرین حوزه‌های مختلف تدریس ذهنیت انعطاف‌پذیر در طول این مسیر بپردازند.

بسیاری از اسامی و جزئیات شناساننده در این کتاب برای محافظت از هویت دانش‌آموزان و همکارانی که با آنان کار کرده‌ایم، تغییر یافته است. علاوه بر این، تجربه‌ی تدریس غنی ما بیشتر حاصل کار در مدارس روستایی کم‌درآمد با دانش‌آموزان عمدتاً سفیدپوست و بومی آمریکا است. ممکن است پویایی کلاس‌های ما نسبت به کلاس‌های فضای شهری، در مدرسه‌ای خصوصی، در مدرسه‌ای مذهبی و... متفاوت باشد. ما می‌دانیم که آن‌چه برای ما کارآمد بوده است، ممکن است در هر شرایطی کارآمد نباشد و شما را تشویق می‌کنیم تا منابع، ابزارها و راهبردهای این کتاب را متناسب با نیازهایتان تعدیل و اصلاح کنید.

هر فصل از کتاب «راهبری ذهنیت/انعطاف‌پذیر» به یک ماه از سال اختصاص یافته است؛ هر ماه موضوعی مورد توجه برای رشد دارد و شامل راهبردهایی برای تقویت کلاس رشد-محور است. شما هر ماه درگیر پرورش ذهنیت انعطاف‌پذیر در خودتان و در بین اعضای کلاس و مدرسه، با دانش‌آموزان، والدین و معلمان خواهید بود. ما با فرآیند آموزش به دانش‌آموزان درباره‌ی ذهنیت انعطاف‌پذیر شروع می‌کنیم. هنگامی که اصول را یاد گرفتید، بقیه‌ی سال را هم صرف توسعه‌ی ذهنیت انعطاف‌پذیر خود می‌کنید و هر ماه حوزه‌های متنوعی را بررسی خواهیم کرد که برای کلاس رشد-محور کلیدی هستند. در پایان سال، دانش‌آموزان شما تجربه‌ای چندوجهی و رشد-محور خواهند داشت و قادر خواهند بود هم‌گام با پیش‌روی در مسیر آموزشی خود از مهارت‌هایی که آموخته‌اند نیز استفاده کنند.

به یاد داشته باشید که استفاده از ذهنیت انعطاف‌پذیر در آموزش کاری مداوم است. گنجاندن ویژگی‌های اخلاقی و اعتقادی جدید در کلاس، تعهدی بزرگ است! در این راه شکست‌ها، اشتباه‌ها و بازگشت‌هایی وجود دارد اما نسبت به آن‌ها ذهنیتی منعطف پیشه کنید. بدانید که هر مانع فرصتی برای یادگیری چیزهای جدید و ارتقای روش‌ها است. ممکن است این کار آسان نباشد اما تضمین می‌کنیم که ارزشش را دارد.

شیوه‌ی سازمان‌دهی کتاب

همان‌طور که قبلاً گفتیم، هر فصل مطابق با یک ماه از سال است. اگر این کتاب را در ماه فروردین برای مطالعه برداشدید، نگران نباشید. فقط از ابتدا شروع کنید و هرجایی که می‌توانید راهبردهای ذهنیت انعطاف‌پذیر را به کار ببرید. این کار رویکرد همه‌یا هیچ ندارد. این‌طور نیست که تنها یک راه درست برای ایجاد کلاسی با ذهنیت انعطاف‌پذیر وجود داشته باشد. معلمان از طیف وسیعی از ابزارها و راهبردها برای ایجاد و پرورش ذهنیت انعطاف‌پذیر دانش‌آموزان‌شان استفاده می‌کنند. برای ما مهم نیست که از کلمه به کلمه‌ی این کتاب پیروی کنید؛ مهم این است که چیزی را بیابید که برای شما و دانش‌آموزان مؤثر است.

هرماه با یک شعار ماهانه آغاز می‌شود. ما طرفدار شعارهای «بعد از من تکرار کنید» هستیم. این شعارها جمله‌های تأکیدی کوچکی هستند که شما و دانش‌آموزان در طول

ماه با یکدیگر تکرار می‌کنید تا روی هدف ماهانه برای رشد تمرکز کنید. طبق تجربه‌ی ما، تکرار جمله‌های تأکیدی به جا افتادن حقیقت زیربنایی آن‌ها در ذهن دانش‌آموزان کمک می‌کند. کلاس چالش برانگیزی را که به عنوان یک دانش‌آموز داشته‌اید، به یاد بیاورید. اگر روزتان را با گفتن «همه می‌توانند یاد بگیرند!» همراه با معلم و همکلاسی‌هایتان شروع می‌کردید، آیا به توانایی خود در تسلط بر محتوای دوره اطمینان بیشتری نمی‌یافتید؟ ما نیز همین‌طور فکر می‌کنیم! ما دیدیم که دانش‌آموزان شعارهای کلاس را با مکالمه‌های معمولی خودشان ترکیب می‌کنند. یک روز اتفاقی می‌شنوید که کودکی به سمت همکلاسی خود که در حال دست و پنجه نرم کردن با یادگیری است، خم می‌شود و زمزمه می‌کند «ادامه بده. همه می‌توانند این مسئله را یاد بگیرند» و احساس بی‌ظنری خواهید داشت. علاوه بر شعار ماهانه، هر فصل هدف‌های ویژه‌ای نیز دارد. ما پژوهش‌های علمی، روایت‌های کلاسی، طرح درس، نکته‌ها و راهبردهایی را جمع‌آوری کرده‌ایم تا به شما برای استفاده از ذهنیت انعطاف‌پذیر در حوزه‌های متنوع تدریس کمک کنیم.

بیائید نگاهی به محتوای هر فصل بیندازیم:

شعار ماه مهر: تدریس تمرین است نه اقدامی بی‌عیب و نقص!

در فصل اول، به طور عمیق در مورد ذهنیت‌ها صحبت می‌کنیم. شما با تعریف و ویژگی‌های دو ذهنیت آشنا می‌شوید و حکایات و مثال‌هایی را از آموزش ذهنیت انعطاف‌پذیر و ثابت می‌خوانید. از شما می‌خواهیم هدف‌گذاری، تأمل و تفکر درباره‌ی آینده را انجام دهید تا بتوانید تجسم کنید که کلاس رشد-محورتان چگونه به نظر خواهد یا نخواهد رسید و این‌که چه تلاش‌ها و سازگاری‌هایی برای رسیدن به آن‌جا نیاز خواهید داشت.

تأکید ذهنیت انعطاف‌پذیر قویاً بر فرآیند است نه به پایان رساندن بی‌نقص کار. شما در پایان فصل ذهنیتی منعطف، بی‌چون و چرا یا برنامه‌ای بدون خطا برای ترویج ذهنیت دیگران نخواهید داشت. ما هنوز مشغول کار روی این مسائل هستیم! اما در این‌جا راز کوچکی وجود دارد. بهترین راه برای این‌که بگوئیم که آیا ذهنیت انعطاف‌پذیر داریم یا

خیر چیست؟ این که شما همچنان خودتان را مشغول کاری در حال پیشرفت ببینید.

شعار ماه آبان: همه می توانند بیاموزند!

اگر هسته‌ی اصلی ذهنیت انعطاف پذیر را در سه کلمه یا کمتر خلاصه می‌کردیم، آن سه کلمه «همه می توانند بیاموزند!» بود. آیا این جمله به این معناست که همه‌ی ما توان بالقوه‌ی یکسانی داریم؟ نه. آیا این موضوع به این معناست که همه‌ی ما در هر حوزه‌ای می‌توانیم به موفقیت یکسانی دست پیدا کنیم؟ نه. آیا این امر به این معناست که اگر سخت تلاش کنیم در تمام فعالیت‌های مدرسه عالی خواهیم بود؟ نه. وقتی می‌گوییم «همه می توانند بیاموزند» منظورمان این است که هر فرد توان بالقوه‌ای برای تحول، رشد و دستیابی به هدف در هر حوزه را داراست.

در این ماه شما باید بسیار تلاش کنید تا دانش‌آموزان را متقاعد کنید که مهم نیست آنان خودشان را از لحاظ هوش و مهارت در چه سطحی می‌بینند. با سخت‌کوشی و پشتکار می‌توانند تا فراتر از آن نقطه پیشرفت کنند. آبان ماه زمان تنظیم شیوه‌ای برای یک سال رشد-محور است. ما طرح درس مفصلی را برای کمک به آموزش دانش‌آموزان ارائه کرده‌ایم تا دریابند ذهنیت انعطاف‌پذیر و ثابت چیست و متقاعد شوند همه توانایی دستیابی به موفقیت را دارند.

شعار ماه آذر: مغز من مثل عضله‌ای است که رشد می‌کند!

بنابراین تا این جا شما به دانش‌آموزان تفاوت بین ذهنیت ثابت و منعطف را آموخته‌اید اما آن‌ها تشنه‌ی اطلاعات بیشتری هستند. مثلاً مغز ما دقیقاً چگونه یاد می‌گیرد و رشد می‌کند؟ در این ماه، ما در مورد دانش پشت ذهنیت انعطاف‌پذیر صحبت می‌کنیم. انعطاف‌پذیری عصبی به ماهیت منعطف مغز ما اشاره دارد. شما به دقت جهان سلول‌های عصبی و دندریت‌ها را بررسی خواهید کرد و مغز دانش‌آموزان را با جزئیات به آن‌ها نشان خواهید داد. در پایان ماه، آنان خواهند فهمید که مغز همانند عضله‌ای است که می‌تواند با تمرین منظم رشد کند و تقویت شود.

شعار ماه دی: من عضوی ارزشمند از این اجتماع یادگیری هستم!

در این ماه تمرکز بر ایجاد روابط است. مقابله با چالش‌ها و تکلیف‌های یادگیری دشوار با ذهنیتی منعطف می‌تواند برای دانش‌آموزان ترسناک باشد. آن‌ها در حیرت‌اند که اگر شکست بخورند، چه می‌شود؟ آیا در موردشان قضاوت خواهد شد؟ آیا مردم فکر می‌کنند احمق هستند؟ دانش‌آموزان باید باور کنند که کلاس‌شان مکانی امن است که در آن می‌توان خطرات آموزشی را پذیرفت. ما نکات و اندیشه‌هایی برای ایجاد روابطی مستحکم‌تر با دانش‌آموزان، والدین و همکاران ارائه می‌دهیم زیرا هنگامی که بنیانی قوی از روابط معنادار بنا شود، دانش‌آموزان قادر به نشان دادن آسیب‌پذیری و قرار دادن خودشان در معرض چالش‌های جدید می‌شوند. تنها در این صورت آن‌ها می‌توانند به نقطه‌ی اوج خودشان صعود کنند.

شعار ماه بهمن: عاشق چالش هستیم!

دانش‌آموزی با ذهنیت انعطاف‌پذیر برای مقابله با چالش‌های جدید و غلبه بر موانع انگیزه دارد اما اگر شما در کلاس کارهای چالش‌برانگیز ارائه نکنید، این ذهنیت عمدتاً بی‌فایده است. در این بخش، به ضرورت به چالش کشیدن کافی هر دانش‌آموز کلاس می‌پردازیم. همچنین در مورد اهمیت داشتن انتظارهای بالا از هر دانش‌آموز صحبت می‌کنیم. چالش‌های آموزشی و انتظارهای بالا هر دو ویژگی‌های کلاس رشد-محور هستند.

در این ماه، در مورد نحوه‌ی اجرای برنامه‌ای عینی برای رشد و به اشتراک‌گذاری انتظاراتها با دانش‌آموزان و همکاران صحبت می‌کنیم و مسیری را برای طول سال مشخص می‌کنیم که به عنوان چارچوبی برای حفظ ذهنیت انعطاف‌پذیر در زمینه‌ی یادگیری عمل می‌کند زیرا انجام کارهای سخت، تمرینی برای مغزمان است.

شعار ماه اسفند: بازخورد موهبت است؛ آن را بپذیرید!

بازخورد مؤلفه‌ای حیاتی در ایجاد کلاس رشد-محور است. بیشتر پژوهش‌های دوئک بر تحسین کودکان و تمجید تلاش و کوشش آن‌ها برای انجام کارها تأکید دارد و مخالف تحسین خصوصیات و استعدادهای «طبیعی» کودکان است.

در اسفند عمیقاً به مفهوم تحسین فرد (شما بسیار باهوش هستید) و تحسین فرآیند (برای این کار بسیار تلاش کردید) می‌پردازیم و به معلمان راهبردهایی برای استفاده از تحسین فرآیند در کلاس ارائه می‌دهیم. همچنین دانش‌آموزان باید به مهارت‌هایی برای ستایش و نقد مناسب و مفید یکدیگر مجهز باشند. معلمانی که تنها در قالب علامت‌های قرمز یا استیکرهای براق بازخورد می‌دهند، فرصتی بی‌ظنیرا برای کمک به دانش‌آموزان در مسیر کشف گام‌هایی برای پیشرفت و ایجاد ارتباط بین تلاش و موفقیت از دست می‌دهند. ارائه‌ی بازخوردهایی ویژه، به موقع، هدف‌مند و مداوم ممکن است بیشتر از هر روش دیگری که در این سال استفاده کرده‌اید، بر ذهنیت انعطاف‌پذیر دانش‌آموزان تأثیر بگذارد.

شعار ماه فروردین: هدف بدون برنامه فقط آرزو است!

یادگیری چگونگی تعیین هدف‌ها و ایجاد برنامه‌ای برای دستیابی به آن‌ها، در کلاس رشد-محور حائز اهمیت است. بدون مؤلفه‌ی حیاتی هدف‌گذاری، دانش‌آموزان نخواهند توانست روی آن چه می‌خواهند یاد بگیرند، تمرکز کنند. همچنین تعیین هدف برای داشتن ویژگی فردی عزم راسخ^۱ نیز مهم است. به تازگی اندیشه‌ی عزم راسخ در محافل آموزشی محبوبیت پیدا کرده است.

در فروردین نگاهی خواهیم انداخت به معنای عزم و این‌که چطور می‌توان آن را به دانش‌آموزان آموزش داد. همچنین بررسی خواهیم کرد که چگونه می‌توان به آنان در توسعه‌ی مفهوم عزم و پیگیری هدف‌های باارزش با مداومت، شور و اشتیاق کمک کرد.

1. grit

شعار ماه اردیبهشت: اشتباه‌ها فرصت‌هایی برای یادگیری هستند!

در ماه اردیبهشت برای عادی‌سازی اشتباه‌ها در کلاس تلاش خواهیم کرد. در ذهنیت انعطاف‌پذیر، اشتباه کردن و غلبه بر موانع در یادگیری تنها بخشی از مسیر تسلط بر موضوع است. اما بیشتر اوقات، ترس از اشتباه کردن مانع از پذیرش چالش‌ها توسط دانش‌آموزان می‌شود. ما روش‌هایی برای چارچوب‌دهی مجدد اشتباه‌های دانش‌آموزان را با شما به اشتراک می‌گذاریم که اشتباه‌ها را به فرصت‌های ارزشمند یادگیری تبدیل می‌کنند و همچنین اندیشه‌هایی برای هدایت دانش‌آموزان حین مواجهه با مشکلات ارائه می‌دهیم. یادگیری نباید تر و تمیز باشد؛ یادگیری آشفته و پراز فراز و نشیب و پیشرفت و پسرفت است. شما با ذهنیت انعطاف‌پذیر فقط اشتباه‌ها را پیش‌بینی نمی‌کنید بلکه آن‌ها را به عنوان بخش جدایی‌ناپذیر فرآیند یادگیری در نظر می‌گیرید. همچنین در مورد راهبردهای ایجاد فرصت برای «کشمکش سازنده» در کلاس بحث می‌کنیم.

شعار ماه خرداد: بین ندانستن و هنوز ندانستن تفاوت وجود دارد!

«هنوز» واژه‌ای کوچک با معنایی بزرگ است. در این ماه، یاد خواهید گرفت چگونه قدرت «هنوز» می‌تواند ذهنیت انعطاف‌پذیر در یادگیری را تقویت کند. حتی با معلمانی آشنا خواهید شد که نمره‌دهی را با «هنوز نه» جایگزین کرده‌اند. در ماه خرداد به شما کمک می‌کنیم برنامه‌ای تدوین کنید که قدرت «هنوز» را در کلاس از طریق سنجش هدف‌مند و تکوینی^۱ و همچنین ایجاد تغییراتی در سنجش و اهمیت دستیابی به تسلط به جای نمره منعکس کند. روش‌هایی را با شما به اشتراک می‌گذاریم که می‌توانید از طریق آن‌ها دانش‌آموزان را قادر سازید تا یادگیری خود را هدایت کنند، فرصت‌هایی برای خودشان فراهم کنند تا برای حل مشکلات اصلی نقادانه فکر کنند و به آن‌ها کمک کنید مهارت‌های ضروری مرتبط با دنیای واقعی را تمرین کنند.

1. formative assessment

شعار ماه تیر: فهمیدم!

ماه تیر فرا رسیده و زمان آن شده که دانش‌آموزان را برای تابستان به خانه بفرستید. اما چطور می‌توانید اطمینان حاصل کنید که تمرین‌های ذهنیت انعطاف‌پذیر در تعطیلات تابستان فراموش نشود؟ این فصل در مورد تجهیز دانش‌آموزان به ابزارهایی است که دانش‌آموزان بعد از ترک کلاس برای ادامه‌ی استفاده از ذهنیت انعطاف‌پذیر در زندگی تحصیلی و شخصی خود به آن‌ها نیاز خواهند داشت. در مورد ارزش خودگویی به شما خواهیم آموخت و شما را هدایت می‌کنیم به دانش‌آموزان کمک کنید برنامه‌ای بریزند تا صدای ذهنیت ثابتی را که در ذهن‌شان وجود دارد، کنترل کنند. در نهایت، شما به دانش‌آموزان کمک خواهید کرد برنامه‌ای برای استفاده از ذهنیت انعطاف‌پذیر در طول تابستان طراحی کنید تا این ذهنیت را مستحکم کنند.

شعار ماه مرداد: اگر از خودم مراقبت نکنم، از دیگران نیز نمی‌توانم مراقبت کنم!

در ماه مرداد همه چیز به تفکر، آرامش و بازسازی مربوط است. ما از طریق یادداشت‌برداری هدایت‌شده با سؤال‌ها و یادآورهایی به شما کمک می‌کنیم در تأملی عمیق در مورد تجربه‌ی ذهنیت انعطاف‌پذیرتان غوطه‌ور شوید. همچنین در مورد ارزش ایجاد آمادگی پیش از انجام کار یا پرداختن به نیازهای شخصی‌تان در طول ماه‌های تابستان به عنوان راهی برای ایجاد عادت‌های سالم و تجدید نیروی ذهن و روح بعد از یک سال کار سخت، صحبت می‌کنیم.

شعار ماه شهریور: هر روز جدید فرصتی تازه برای رشد است!

تابستان فرصتی برای شما است تا یادگیری‌هایتان را در عمل به کار بگیرید. این ماه مملو از منابع ذهنیت انعطاف‌پذیر و همچنین نکات و راهبردهایی برای تمرین ذهنیت انعطاف‌پذیر در شرایط روزمره است که می‌توانید برای پیش‌برد تمرین‌های خود از آن‌ها استفاده کنید. به علاوه توصیه‌هایی برای ایجاد شبکه‌ی یادگیری شخصی آنلاین

(برخط) از طریق توئیتر^۱ و دیگر رسانه‌های اجتماعی به منظور گسترش پایه‌ی حمایت و تعمیق سطح دانش خود، در اختیارتان قرار می‌دهیم.

کتاب «راهبری ذهنیت انعطاف‌پذیر» راهنمای سفر شما برای ایجاد ذهنیت انعطاف‌پذیر در خودتان و پرورش ذهنیت انعطاف‌پذیر در دانش‌آموزان است. مهم است بدانید که این سفر بی‌پایان است. همان‌طور که دوئک می‌نویسد «مسیر ذهنیت انعطاف‌پذیر یک جریان است». به عبارت دیگر، اگر شخصی به طور قطعی بیان کند که «من ذهنیتی منعطف دارم»، آن شخص به شما دروغ می‌گوید. ذهنیت مقوله‌ای این یا آن نیست. همه‌ی ما هم ذهنیت ثابت و هم ذهنیت انعطاف‌پذیر داریم؛ مسئله تنها تصمیم‌گیری در مورد این است که در هر شرایطی از کدامیک استفاده کنیم. حتی اگر با ذهنیت انعطاف‌پذیرتان بسیار وفق پیدا کنید، می‌توانید آسوده خاطر باشید که ذهنیت ثابت در ذهنتان باقی و منتظر است تا توجه شما را جلب کند تا در اجتناب از چالش یا غوطه‌وری در شکست به او بپیوندید. امیدواریم از طریق فرآیندی که در این فصل توضیح داده شد، به شما بیاموزیم چگونه ذهنیت انعطاف‌پذیر را به کار بگیرید و ذهنیت ثابت خود را کنترل کنید؛ خودتان را با مهارت‌های لازم و راهبردهایی برای گذران زندگی‌ای که به یادگیری و رشد اختصاص داده شده است، توانمند کنید و برای پرورش ذهنیت انعطاف‌پذیر در دانش‌آموزان از ابزار ما استفاده کنید.

1 .Tweeter