

PARA LOS PADRES,

UNA REFLEXIÓN...



LA MENTALIDAD DE CRECIMIENTO Y LA MENTALIDAD FIJA.



A las personas con mentalidad de crecimiento les gustan los desafíos y los retos, porque sienten que así crecen y se desarrollan; no se dejan vencer por la adversidad.

Carol Dweck, una de las grandes autoridades de la psicología social que ejerce como profesora de la Universidad de Colombia, ha hecho investigaciones que fundamentan esta teoría. Uno de los aportes se refiere a las diferencias existentes entre las personas con mentalidad de crecimiento versus las con mentalidad fija, que ha sido divulgado en su libro MindSet.

Las personas con mentalidad de crecimiento no creen que los talentos sean algo fijo, y por tanto buscan desafíos que los hagan crecer. Estas personas pueden superarse y prosperar en épocas difíciles, porque las asumen como un desafío. Cuando un niño con mentalidad de crecimiento se saca una mala nota, no se deja derrumbar, sino que decide que debe esforzarse más la próxima prueba. Esta concepción de sí mismo está basada en la noción de que para progresar son necesarias la perseverancia y la resistencia al fracaso. Si no resulta esta vez, resultará la próxima.

Otra característica que tienen estas personas es que saben que el esfuerzo es indispensable para conseguir los objetivos. En la base está la creencia de que los talentos pueden desarrollarse. Cuando algo no les resulta bien, las personas con mentalidad de crecimiento no buscan en los otros ni en las circunstancias la explicación del porqué no resultó; por el contrario, asumen su parte en la responsabilidad por el fracaso y buscan la manera de superarlo.



Los niños y las personas con este tipo de mentalidad entienden que la vida es un continuo riesgo y logran transformar sus ideas en acciones; no se quedan en lo que han conseguido, sino que piensan que cada día pueden aprender a hacer cosas nuevas.

A las personas con mentalidad de crecimiento les gustan los desafíos y los retos, porque sienten que así crecen y se desarrollan; no se dejan vencer por la adversidad.

MODELO DE MAMÁ O PAPÁ
CON MENTALIDAD DE CRECIMIENTO.

Estimule a sus
hijos a
motivarse por
aprender...

Con el ejemplo
y
acompañando
los/as...



Convénzalos
de que usted
sabe que
tendrán la
inteligencia
necesaria
para entender
que detrás de
cualquier
logro
importante
hay mucho
esfuerzo...

Muestre
cómo usted
supera su
temor a
aprender algo
nuevo a
rehacer lo que
no le ha salido
bien...



La ley del
menor
esfuerzo no
lleva al
aprendizaje.
Hay que ser
perseverante y
tener
tolerancia al
error...

Las personas con mentalidad fija tienen la arraigada creencia de que la inteligencia y los talentos son innatos y que, por lo tanto, poco y nada se puede hacer para modificarlos. Así por ejemplo, cuando Juanito, concluyó una mala calificación en la prueba de matemática, concluyó que no tenía nada que hacer, porque él “era malo para esa asignatura” y que no valía la pena ni tenía sentido hacer un próximo esfuerzo.



Cuando las personas con esta mentalidad fija, ya sean niños o adultos, sufren un fracaso o una derrota, ponen en duda su capacidad, por lo que su autoestima queda más herida que si atribuyeran el fracaso a que les faltó esfuerzo o a que la tarea era muy difícil.



La actitud del aprendizaje de un niño con mentalidad fija, es más pasiva. Tiene menos interés por aprender porque la variable principal es el talento y no el esfuerzo. Muchas veces en forma no consciente los padres refuerzan esta errónea creencia en el niño, no incentivándolos a esforzarse.



Dweck plantea que por eso no es extraño que muchos adolescentes no movilicen sus recursos para aprender, como una forma de proteger su ego. Para ellos es preferible “ser flojo que tonto”. Pero al no esforzarse, no sólo no logran aprender lo que necesitan, sino que no activan sus conexiones cerebrales.

Hay una leyenda estadounidense de un caballo que estaba en tan malas condiciones que estuvieron a punto de sacrificarlo. Contra todo pronóstico y debido al esfuerzo, se recuperó y llegó a ser campeón, transformándose en un símbolo de la lucha por la adversidad. La línea divisora entre las dos mentalidades, la de crecimiento, que conduce al éxito, y la mentalidad fija, que se transforma en un obstáculo para el cambio, no es tan definida. Es cierto que el talento ayuda, pero sin esfuerzo cualquier aprendizaje se hace difícil.



Enseñar a los hijos a transitar con esperanza por las que cualquier logro no es fácil es un desafío personal. Cuidado con desanimarlos cuando se equivocan o disminuyen sus logros. Convéncelos de que el error y las dificultades son parte de la vida, para que no se transformen en personalidad de mentalidad fija. Es importante destacar que, sin duda, las personas con mentalidad de crecimiento logran un mejor desarrollo de su inteligencia emocional.

Extracto "Educando a los hijos con Inteligencia Emocional"