

# Inhoud

---

Pagina



Deel 1: Wat is mindset?

7



Deel 2: Met vallen en opstaan

25



Deel 3: Gerichte inzet

43



Deel 4: Feedback: beter dan compliment en beloning

59



Deel 5: Metacognitieve vaardigheden

79



Deel 6: Let op je taalgebruik

97



Deel 7: Een growth mindset voor de groep

111

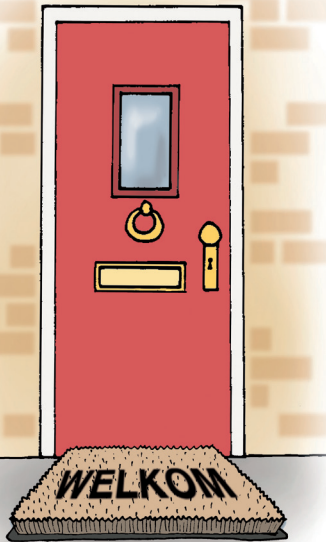
## Voorwoord door Carol Dweck

“Graag beveel ik dit belangrijke boekje aan. De auteurs geven een uitstekende, beknopte uitleg van mijn onderzoek naar motivatie en mindset bij leerlingen, en laten zien hoe dit dagelijks bij het leren en lesgeven kan worden toegepast. Met bewijs uit onderzoek en voorbeelden uit de praktijk tonen ze welke transformatie mogelijk is als leerlingen een growth mindset ontwikkelen.

Het *Growth Mindset Pocketboek* kan het leven van leerlingen en leraren voorgoed veranderen.”

**Carol S. Dweck**, auteur van *Mindset: de weg naar een succesvol leven*, professor psychologie aan de Stanford-universiteit.


# Welkom



Fijn dat je dit boek hebt gekocht. Hoewel er geen wondermiddel bestaat in het onderwijs, is er wel een aanpak die:

- onderbouwd wordt door veertig jaar internationaal erkend onderzoek;
- fundamenteel relevant is voor je dagelijkse lespraktijk (in elk type onderwijs);
- profijt biedt voor elk vak en voor zowel de school- als de thuisomgeving;
- leerlingen helpt eigenaar te worden van hun leerproces;
- zowel jouw ambities als die van je leerlingen laat groeien;

# Welkom

- 
- zorgt dat leerlingen moeilijke uitdagingen aangaan;
  - intrinsieke motivatie en samenwerkingsvaardigheden stimuleert;
  - gelijkmatige ontwikkeling en academisch succes bevordert;
  - een fundament vormt voor goede prestaties, ook na de schooltijd (tijdens werk of hoger onderwijs);
  - gratis toegepast kan worden.

Lijkt dit te mooi om waar te zijn? Dankzij dit boek kun je deze voordelen al dit jaar in je klas ervaren.  
Probeer het zelf maar!

## Barry en Mike



## Wat is mindset?



Met vallen en opstaan



Gerichte inzet



Feedback: beter dan compliment en beloning



Metacognitieve vaardigheden



Let op je taalgebruik



Een growth mindset voor de groep



# Deel 1: Wat is mindset?

# Wat zijn mindsets?



Wat maakt jou *jou*? Je gedachten? Je genen? Je ervaringen? Je onweerstaanbare persoonlijkheid of je mooie ogen? Om daar echt antwoord op te geven is een pocketboek veel te klein, dus laten we een variant proberen: kun je invloed uitoefenen op wat jou maakt? Je antwoord geeft ons een beeld van jouw **mindset**. Simpel gezegd is mindset een overtuiging - een overtuiging over jezelf en je basiseigenschappen, zoals bekwaamheid en aanleg, geloof (of het gebrek daaraan), persoonlijkheid, politieke voorkeur, talent, enzovoort.

Mensen met een **fixed mindset** geloven dat basiseigenschappen zoals intelligentie in wezen stabiel zijn: in de loop der tijd veranderen ze niet sterk. Mensen met een **growth mindset** geloven dat deze eigenschappen kunnen groeien: dat ze kunnen veranderen, en onder bepaalde omstandigheden opbloeien of juist verwelken.

Twee aanvullende vragen:

- Doet het er echt toe welke mindset je hebt?
- Kun je je mindset veranderen?

Dat is precies waar het in dit boek om gaat. In het kort: ja, en ja. Je mindset doet er echt toe.

# Overtuiging versus aanleg



Hoeveel van deze uitdrukkingen heb je weleens gehoord of gebruikt?

Aangeboren gave

Natuurtalent

Genialiteit komt altijd bovendien

Zo vader, zo zoon

Goede genen hebben

Geen gevoel voor muziek

Geboren hardloper

Absoluut gehoor

Moeiteloos succes

Al deze uitdrukkingen plaatsen prestaties binnen het Victoriaanse concept van genetische, vaststaande aanleg. Hoewel dat idee nog veel voorkomt, is er deze eeuw een overweldigende hoeveelheid bewijs gevonden waaruit blijkt dat er betere voorspellers zijn voor succes dan vage 'capaciteits'-concepten zoals intelligentie, bekwaamheid of talent. **Doorzettingsvermogen** bijvoorbeeld.

Het lijkt erop dat niet alleen je aanleg ertoe doet, maar vooral wat jij *geloofd* over je aanleg. Geloof je dat je je aanleg verder kunt ontwikkelen, of dat wat je kunt al vaststaat voor je heden, verleden en toekomst?

# Wat aanleg *an sich* heeft bijgedragen aan de mensheid



Eerder noemden we intelligentie als een voorbeeld van je *basiseigenschappen*. Maar het eigenaardige is: intelligentie is lang niet zo essentieel als de westerse wereld lijkt te geloven. We kunnen de bijdrage van enkel en alleen aanleg aan de vooruitgang van de mensheid als volgt samenvatten:





# Het bewijs



Vier decennia en ontelbare onderzoeken lang hebben Carol Dweck en andere mindset-onderzoekers empirisch bewijs geleverd waaruit blijkt dat mensen met een growth mindset:

- meer openstaan voor uitdagingen en constructieve, kritische feedback;
- veerkrachtiger omgaan met tegenslag en dingen die niet meteen lukken;
- sterker geloven dat je eigen inzet het verschil kan maken;
- hun successen en mislukkingen eerder toeschrijven aan hun inzet dan hun aangeboren talent;
- beter met en van anderen kunnen leren;
- meer kans hebben om de top te halen en daar te blijven.

Mensen met een growth mindset hebben minder de neiging hun prestaties mooier te maken dan ze zijn. Dat hoeft namelijk niet: een mindere prestatie zegt niets over hun intelligentie. Het betekent gewoon dat ze harder of anders moeten werken aan die vaardigheid.

Het is dus geen wonder dat het werk van Dweck aan de basis staat van de krachtigste recente leerinterventies, zoals toepassing van formatieve assessment.

# Waarom is mindset belangrijk?



Stel je Robin en Eman voor, klasgenoten die ongeveer even ver zijn en een vergelijkbare (thuis)achtergrond hebben. Je geeft hen allebei dezelfde taak. De taak is uitdagend en de leerlingen moeten zich er tot het uiterste voor inspannen.

**Robin** begint enthousiast. Hij is goed in dit soort taken en is trots op zijn reputatie als iemand die het altijd snel goed doet. Hij vindt de taak moeilijker dan anders en de moed zakt hem al snel in de schoenen. Hij is bang dat hij overkomt als 'sloom'. Hij zegt dat de taak saai is en geeft het op.

**Eman** begint enthousiast. Hij vindt de taak moeilijk, waardoor hij zich intellectueel geprikkeld voelt. Zijn eerste pogingen leiden tot niets, en hij lacht als hij inziet dat het pad doodloopt. Hij probeert een andere strategie en bespreekt de taak met klasgenoten. Hij blijft nieuwsgierig en vasthoudend, en maakt gestaag vorderingen.



Ondanks hun vergelijkbare uitgangspunt, zal de growth mindset van Eman het winnen van de fixed mindset van Robin, en dat effect neemt steeds verder toe.