

Preventivne dejavnosti

Primeri dejavnosti za razvijanje miselne naravnosti rasti pri učencih

MAG. INES PILJIĆ

Osnovna šola Antona Žnideršiča Ilirska Bistrica

● **Izveček:** V članku so predstavljeni primeri dejavnosti, ki jih šolski svetovalni delavec v sodelovanju z razrednikom lahko v okviru razrednih ur izpelje z namenom ozaveščanja miselne naravnosti in spodbujanja konstruktivnih prepričanj o sposobnostih pri učencih. V prispevku so predstavljena različna orodja, s katerimi lahko učenci raziskujejo svojo miselno naravnost (vprašalniki za samooceno ter samoocena z opisniki), spremljajo doseganje zastavljenih ciljev v vsakodnevnih okoliščinah, navedene pa so tudi zamisli za spodbujanje vrstniške povratne informacije o prepoznani miselni naravnosti sošolca ter izhodišča za igre vlog. Prikazane dejavnosti so podlaga, na kateri lahko učenci kasneje prek samorefleksije in samospremljanja spreminjajo miselno naravnost določenosti v miselno naravnost rasti.

Ključne besede: miselna naravnost, ozaveščanje, razredne ure, svetovalno delo, formativno spremljanje.

Examples of Activities for Developing Mental Attitudes of Growth in Students

● **Abstract:** The article introduces different examples of the activities that the school consultant can perform during class meetings, in cooperation with the class teacher, to help students become aware of their mental attitudes and encourage positive beliefs about their abilities. Different tools are illustrated that can help students explore their mental attitudes (self-assessment questionnaires, self-assessment using descriptors) and observe the achieving of the set goals in everyday situations, along with the ideas on how to encourage the students' feedback about their classmates' mental attitudes and the basis of role play. These activities provide a basis for students to change, later on, their mental attitudes of determination to mental attitudes of growth through self-reflection and self-monitoring.

Keywords: mental attitude, increasing awareness, class meeting, consultant work, formative monitoring.

1 Teoretični uvod

Teoretsko ogrodje, na podlagi katerega je nastalo prikazano gradivo, je delo Carol Dweck. Dweck (2002) je opazovala, kako se šolski otroci spoprijemajo s težavnimi izzivi. Desetletnikom je dala naloge, ki so bile zanje nekoliko prezahtevne. Nekateri otroci so se odzvali pozitivno in so izziv sprejeli z navdušenjem. Avtorica pravi, da so izkazali miselno naravnost rasti (angl. growth mindset), za katero je značilno verjetje, da z delom in trudom človek razvija svoje sposobnosti. Ljudje s takšno naravnostjo zahtevne naloge jemljejo kot izziv in priložnost, da se razvijajo. Radi razmišljajo, preizkušajo in jih ni pretirano strah, ko se morajo izpostaviti pred drugimi. Napake jemljejo kot informacijo o tem, kaj morajo še dodelati in kje vse lahko napredujejo. Za učence z naravnostjo rasti je značilno, da se trudijo. Nezahtevne in rutinske naloge jih ne pritegnejo, raje se preizkušajo v novih in težkih izzivih, saj se tako naučijo veliko novega.

Druga skupina učencev pa je situacijo vzela kot nekaj tragičnega, težave pri reševanju so jih močno prizadele. Zaradi miselne naravnosti določenosti (angl. fixed mindset) so imeli občutek, da drugi ocenjujejo njihovo inteligentnost, oni pa se pri tem niso izkazali. Za miselno naravnost določenosti je značilno prepričanje, da je inteligentnost prirojena in je s trudom ne moremo bistveno spremeniti. Ljudje s takšno naravnostjo ob zahtevnih nalogah čutijo odpor in čustveno stisko ter se želijo umakniti iz situacije. Bojijo se, da bodo pred drugimi izpadli neumno, zato se težko izpostavijo. Napak se izogibajo, saj menijo, da te pokažejo njihovo nesposobnost. Učenci z naravnostjo določenosti se raje izognejo delu, kot da bi naredili napako. Neradi vlagajo trud. Če se morajo preveč

truditi, to zanje namreč pomeni, da niso dovolj sposobni.

Raziskave so pokazale, da učenci z miselno naravnostjo določenosti po neuspehu pogosteje goljufajo, namesto da bi se bolj zavzeto učili (Blackwell idr. 2007), primerjajo se z vrstniki, ki so zadeve opravili še slabše od njih samih, da bi se počutili bolje (Nussbaum in Dweck 2008).

Dweck (1999, 2002, 2014) poudarja, kako pomembno vlogo imajo pri razvoju miselne naravnosti učiteljeve po-

hvale. Pravi, da moramo pohvale dajati modro, saj hvaljenje pameti, sposobnosti ali inteligentnosti podpira miselno naravnost določenosti in se ni izkazalo kot koristno (Mueller in Dweck 1998). Pohvaliti moramo proces, otrokov vloženi trud, strategije dela, zbranost, vztrajnost in napredek, saj s tem pri otrocih razvijamo miselno naravnost rasti in spodbujamo nekatere zaželene lastnosti: zavzetost, trdoživost in odpornost na stres.

Za učence z naravnostjo rasti je značilno, da se trudijo. Nezahtevne in rutinske naloge jih ne pritegnejo, raje se preizkušajo v novih in težkih izzivih, saj se tako naučijo veliko novega.

Miselno naravnost lahko spreminjamo. Blackwell in drugi (2007) so dokazali, da poučevanje učencev o pomenu miselne naravnosti pomembno pripomore k boljšim učnim dosežkom pri matematiki ob prehodih v izobraževanju. Eksperimentalno skupino so informirali, da se v njihovih možganih gradijo nove povezave med nevroni, vsakič

ko zapustijo svoje območje udobja in ko se naučijo nekaj novega ter težkega. Takšen pristop izpostavijo kot koristen za to, da postajamo vse »pametnejši«. Skupina učencev, ki ni bila deležna lekcij o miselni naravnosti, je ob prehodih dosegala upad učnih dosežkov, medtem ko je bilo pri eksperimentalni skupini prisotno izboljšanje.

Dweck (2014) še posebno poudarja pomen spoznanj o miselni naravnosti za enake možnosti otrok iz različnih socialno ranljivih skupin, ki imajo običajno slabše učne dosežke. Navaja primere, ko so z razvijanjem miselne naravnosti rasti v šolah z izrazito rizično populacijo učencev uspeli pomembno zvišati učne dosežke (šoli Harlem in South Bronx v New Yorku, šola >

v rezervatu za indijansko prebivalstvo idr.). Ko trudu in premagovanju težav pripišemo nov pomen (in jih jemljemo kot priložnost za razvoj), se zgodi pomemben premik v vedenju (učenci več časa posvetijo delu, bolj zavzeto se lotijo reševanja), čemur sledijo boljši učni dosežki.

Pohvale moramo dajati modro, saj hvaljenje pameti, sposobnosti ali inteligentnosti podpira miselno naravnost določenosti in se ni izkazalo kot koristno.

Sodobna spoznanja s področja nevroznanosti dokazujejo, da se možgani razvijajo vse življenje, na podlagi izkušenj se oblikujejo nove in nove nevronske povezave (nevroplastičnost). Z vajo se lahko bodisi ustvarjajo nove povezave bodisi krepijo obstoječe, večja se hitrost prenosa impulzov med nevroni.

Ena od največkrat citiranih raziskav, ki dokazuje nevroplastičnost, vključuje magnetnoresonančna slikanja možganov londonskih taksistov. Pri njih so odkrili povečano možgansko sivino v območju, ki je zadolženo za spomin - hipokampus (Maguire idr. 2006). Maguire in Woollett (2011) sta z eksperimentom dokazali, da na omenjene strukturne spremembe vpliva zahteven trening, ki so ga uspešno opravili taksisti (zapomnitev zahtevne mreže londonskih ulic).

Podobno Pascual-Leone (2001) ugotavlja pomembne funkcionalne in strukturne spremembe v možganih pianistov, ki so posledica zahtevnega proceduralnega in motoričnega učenja ter igranja inštrumenta.

Zanimiva v kontekstu miselne naravnosti je raziskava, v kateri so nevroznanstveniki merili možgansko aktivnost učencev, ko naredijo napako (Moser idr., po Dweck 2014). Pri tistih z miselno naravnostjo določenosti skoraj ni bilo povečane električne aktivnosti v možganih, saj želijo ubežati napakam. Pri učencih z miselno naravnostjo rasti so opazili povečano možgansko aktivnost. Ti učenci se poglobljeno ukvarjajo z napako, miselno procesirajo, jo odpravljajo in se iz napake učijo.

2 Predstavitev primera dela v razredu

Na šoli kot svetovalna delavka že od samega začetka svojega dela v sodelovanju z učitelji izvajam razredne ure o učenju. Učitelji največkrat prihajajo z željo, da bi

na delavnicah učencem predstavili različne učne strategije. Ob začetni samooceni močnih in šibkih področij učenja pa praviloma ugotovimo, da učenci poznajo učinkovite strategije, vendar jih zaradi drugih ovir v učnih situacijah ne uporabijo. Po mojih izkušnjah kot glavna šibkost izstopajo težave z obvladovanjem strahu in stresa (ti učenci morda učinkovito predelujejo učno snov, vendar zablokirajo v stresni situaciji ocenjevanja znanja ali pa se težko zberejo pri učenju zaradi prevelike vznemirjenosti). Pogoste so tudi težave z motivacijo, pri čemer učenci poročajo, da jih snov ne zanima, da se jim zdi učenje nesmiselno. Po poglobljenem pogovoru pogosto ugotovimo, da tako doživljajo predvsem predmete, pri katerih so manj uspešni in vanje ne želijo vlagati truda. Največkrat v ozadju prepoznamo občutke nemoči in prepričanja, da jim neko področje ne leži, da zanj niso dovolj sposobni. V tem kontekstu sem iskala ideje, kako pristopiti k pripravi delavnic, da bi učencem ponudila priložnosti za kritično presojo nefunkcionalnih prepričanj, ki jim onemogočajo primeren pristop k učenju. Opisane dejavnosti so bile preizkušene na razrednih urah, pri čemer sem sodelovala z razredničarko. Svetovalna delavka sem pripravila gradiva in delavnico vodila, razredničarka pa je spremljala odzive učencev in se vključevala s svojimi komentarji. Obe sva spremljali individualno in skupinsko delo učencev. Po sklopu delavnic je razredničarka spoznanja uporabila pri pouku (učence je opomnila na naučeno, pri odporu in toženju, da so nekatere naloge pretežke, jih je usmerila v drugačne načine razmišljanja itd.).

Ob začetni samooceni močnih in šibkih področij učenja praviloma ugotovimo, da učenci poznajo učinkovite strategije, vendar jih zaradi drugih ovir v učnih situacijah ne uporabijo.

Drugi del moje motivacije za vpeljavo koncepta miselne naravnosti v delo z učenci izhaja iz dela z nadarjenimi učenci. S sodelavko sva veliko pozornosti namenjali ustreznemu prenosu povratnih informacij staršem in učencem. Pri seznanjanju z rezultati uporabljenih preizkusov sva želeli v prepoznanih nadarjenih vzbuditi zagon in motivacijo za še bolj poglobljeno razvijanje sposobnosti. Po drugi strani sva želeli pri uspešnih učencih, ki niso presegli praga za potrditev nadarjenosti, sprožiti občutke ponosa nad dosedanjim uspešnim delom ter spodbuditi željo po nadaljnjem vestnem delu. Razočarano sva ugotavljali, da se mnogi prepoznani nadarjeni po procesu identifikacije »izgubijo«. Marsikateri je za sodelovanje in delo nemotiviran in je ostaja zadovoljen s titulo nadarjenega. Prepoznali sva neustrezno razmišljanje, da je prepoznana nadarjenost dokaz, da so tvoje sposobnosti izjemno visoke in da je to dovolj. Dejavnosti, ki so predstavljene v nadaljevanju, so lahko podlaga za delo z nadarjenimi.

2. 1 Pripomočki za samooceno miselne naravnosti

Ponujene dejavnosti so zasnovane tako, da imajo učenci priložnost ozavestiti svojo miselno naravnost in jo prepoznati kot naravnost rasti ali določenosti. Učijo se razlikovati med prepričanji in vedenji, ki so običajna za naravnosti rasti in določenosti. Učitelj lahko v te namene uporabi različne metode in pripomočke. V nadaljevanju so predstavljeni trije pripomočki, s katerimi učenci ozavestijo svoja običajna prepričanja in vedenja ter na tej podlagi sklepajo o svoji miselni naravnosti. Omenjene pripomočke lahko uporabimo tudi za spremljavo učinkov dejavnosti: če na začetku učenci ocenijo svoje trenutno stanje, lahko na koncu samooceno ponovijo in preverijo, ali so dosegli želene spremembe. Uporabimo pa jih lahko tudi za prenos medvrstniške in učiteljeve povratne informacije otroku.

Mnoge ideje, ki jih predstavljam v nadaljevanju, so inspirirane in povzete po primerih iz spletne platforme Mindset works. To je baza različnih programov, ki gra-

dijo na spoznanjih raziskovalnega dela avtoric Carol Dweck in Lise Blackwell. Pri pripravi programov sodelujejo različni strokovnjaki: praktiki, voditelji, coachi in raziskovalci. Akademske raziskave »prevajajo« v konkretne pripomočke in programe za razvijanje pozitivnih prepričanj o učenju in učinkovitih navad. Ponujajo mnoge licencirane plačljive programe, na njihovi spletni platformi pa lahko najdemo tudi pester nabor literature in virov, brezplačnih primerov in idej za delo (tako za učitelje kot tudi za starše).

2.1.1 Vprašalnik Kakšna je moja miselna naravnost? (različica 1)

(prirejeno po Dweck 2007 in po Mindset works, program EducatorKit, dostopno na: <http://www.mindsetworks.com> (21. 2. 2018).)

Navodilo: Pred teboj je vprašalnik, ki ugotavlja tvoja prepričanja. To ni test, zato v njem ni pravih in napačnih odgovorov. Zelo pomembno je, da razmisliš, v kolikšni meri se strinjaš s spodnjimi trditvami, in iskreno označiš svoj odgovor.

	Zelo se NE strinjam	NE strinjam se	Nekoliko se NE strinjam	Malo se strinjam	Strinjam se	Zelo se strinjam	ŠTEVILO TOČK
Ne glede na to, kako pameten si se rodil, lahko svojo pamet vedno zelo izboljšaš.	1	2	3	4	5	6	
Lahko se naučiš novih stvari, vendar zaradi tega ne moreš postati pametnejši.	1	2	3	4	5	6	
Najraje rešujem naloge, pri katerih moram res močno razmišljati.	1	2	3	4	5	6	
Najraje rešujem naloge, pri katerih sem lahko uspešen brez velikega mučenja.	1	2	3	4	5	6	
Rad imam naloge, pri katerih se veliko naučim, četudi naredim veliko napak.	1	2	3	4	5	6	
Najraje imam naloge, ki jih lahko opraviš odlično, brez vsakršne napake.	1	2	3	4	5	6	
Ko je naloga zelo težka, se še bolj potrudim.	1	2	3	4	5	6	
Ko je naloga težka in se moram zelo mučiti z njo, imam občutek, da nisem ravno pameten.	1	2	3	4	5	6	
SKUPNO ŠTEVILO TOČK:							

Navodila za vrednotenje:

- I. Vpiši število točk v zadnji stolpec tako, kot pravijo spodnja navodila.
 - V sivih vrsticah samo PREPIŠI številko, ki si jo obkrožil.
 - V belih vrsticah vpiši število točk po naslednjem ključu:
 $1 = 6, 2 = 5, 3 = 4, 4 = 3, 5 = 2$ in $6 = 1$.
2. Seštej zapisana števila točk v zadnjem stolpcu in na dnu zapiši svoj dosežek.
3. V nadaljevanju si preberi, kaj število točk pove o tvoji miselni naravnosti.

Če je tvoje število točk,	potem spadaš v skupino z miselno naravnostjo	Ljudje v tej skupini po navadi verjamejo:
8-16	DOLOČENOSTI (močno)	Močno verjameš, da ti je tvoja inteligentnost dana in se bistveno ne spreminja. Če naloge ne moreš opraviti odlično in brez napak, se je raje niti ne lotiš. Meniš, da se pametnim ljudem ni treba truditi, da bi uspeli.
17-24	DOLOČENOSTI (blago)	Nagibaš se k mnenju, da se inteligentnost pri ljudeh bistveno ne spreminja. Če se le da, ne delaš napak, in ti ni preveč všeč, če se moraš pri nalogi zelo truditi. Zdi se ti, da bi učenje moralo biti lahko za nekoga, ki je pameten.
25-32	MEŠANO	Nisi prepričan, ali lahko spremeniš svojo inteligentnost. Uspešnost se ti zdi pomembna, hkrati pa se želiš tudi kaj naučiti. Bolj ti je všeč, če se pri nalogah ni treba pretirano truditi.
33-40	RASTI (blago)	Verjameš, da svojo inteligentnost lahko izboljšaš. Želiš se veliko naučiti in si se za to pripravljen tudi potruditi. Pomembno se ti zdi, da si uspešen, še pomembnejše pa to, da se kaj novega naučiš.
41-48	RASTI (močno)	Popolnoma si prepričan, da svojo inteligentnost lahko izboljšaš in razviješ tako, da se učiš novih stvari. Z veseljem sprejmeš nove in težke izzive. Veš, da pri preizkušanju novega napraviš veliko napak, iz katerih se tudi največ naučiš.

Razmislek: Se ti zdi, da tvoj opis dobro predstavi tvoje razmišljanje? Kateri deli te najbolj opišejo? Kateri del pa zate ne velja najbolj?

2.1.2 Vprašalnik Kakšna je moja miselna naravnost? (različica 2)

(prirejeno po Dweck 2007 in po Mindset works, program EducatorKit, dostopno na: <http://www.mindsetworks.com> (21. 2. 2018).)

Navodilo: Pred teboj je vprašalnik, ki ugotavlja tvoja prepričanja. To ni test, zato v njem ni pravih in napačnih odgovorov. Zelo pomembno je, da razmisliš, katera v paru trditev bolje opiše tvoje mnenje, in iskreno označiš svoj odgovor.

Lahko se naučiš novih stvari, vendar svoje inteligentnosti ne moreš izboljšati.	<input type="radio"/>	1	2	3	Svojo inteligentnost lahko s trudom izboljšaš.
Glasbeni talent ti je prirojen: ali si talentiran za glasbo ali nisi.	<input type="radio"/>	1	2	3	Glasbeni talent lahko vsak natrenira in se nauči odličnega petja, igranja instrumenta.
Odlični športniki so lahko le redki, ki so se rodili s posebnim talentom.	<input type="radio"/>	1	2	3	Vsak je lahko odličen športnik. Če se le dovolj trudi in trenira.
Če se moraš veliko učiti, pomeni, da nisi dovolj pameten.	<input type="radio"/>	1	2	3	Če se veliko učiš, pomeni, da se razvijaš in postajaš vse pametnejši.

Novosti so zame stresne in se jih izogibam.	<input type="radio"/>	1	2	3	Rad imam nove stvari, saj se ob njih veliko novega naučim.
Razjezim se, če kdo komentira moje delo. To me užali.	<input type="radio"/>	1	2	3	Vesel sem, če kdo komentira moje delo. Tako ga lahko še izboljšam.
Najraje imam lahke naloge, ki jih uspešno rešim z malo truda.	<input type="radio"/>	1	2	3	Najraje imam težke naloge, pri katerih moram veliko razmišljati.
Najraje imam naloge, ki jih že znam in jih lahko opravim brez vsakršne napake.	<input type="radio"/>	1	2	3	Rad imam naloge, pri katerih se veliko novega naučim, čeprav pri tem delam napake.
Ko je naloga težka in se moram zelo potruditi, imam občutek, da nisem ravno pameten.	<input type="radio"/>	1	2	3	Ko je naloga zelo težka, me to spodbudi, da se še bolj potrudim.
ŠTEVILO TOČK:					

Kaj pomeni tvoj rezultat? Preberi.

Število točk	Miselna naravnost	Razlaga
0-8	DOLOČENOSTI	Močno verjameš, da ti je tvoja inteligentnost dana in se bistveno ne spreminja. Če naloge ne moreš opraviti odlično in brez napak, se je raje niti ne lotiš. Meniš, da se pametnim ljudem ni treba truditi, da bi uspeli.
9-18	MEŠANA	Nisi prepričan, ali lahko spremeniš svojo inteligentnost. Uspešnost se ti zdi pomembna, hkrati pa se želiš tudi kaj naučiti. Bolj ti je všeč, če se pri nalogah ni treba pretirano truditi.
19-27	RASTI	Prepričan si, da svojo inteligentnost lahko izboljšaš in razviješ tako, da se učiš novih stvari. Sprejmeš nove in težke izzive. Veš, da pri preizkušanju novega napraviš veliko napak, iz katerih se tudi največ naučiš.

Razmislek: Se ti zdi, da opis dobro predstavi tvoje razmišljanje? Kateri deli te najbolj opišejo? Kateri del pa zate ne velja najbolj?

2.1.3 Opisniki za samooceno

(prirejeno po Dweck 2007 in po vprašalniku Mindset works, program EducatorKit, dostopno na: <http://www.mindsetworks.com> (21. 2. 2018).)

Navodilo: Preberi spodnje opise. Na puščici naredi X na tistem delu, ki te najbolj opiše.

Izzivom se izogibaš.		Izziv sprejmeš, če si bil že kdaj uspešen pri čem podobnem.		Veseliš se novih izzivov.
----------------------	--	---	--	---------------------------



Napaka je zate poraz. Če narediš napako, jo poskušaš prikriti.		Pripravljen si se učiti iz napak, a pogosto ne veš, kako jih popraviti in izboljšati delo.		Sam razmišljaš o tem, kaj si se iz napake naučil, in to uporabiš, da s trudom popraviš napako.
--	--	--	--	--



Če te kdo kritizira, se počutiš neuspešno in želiš odnehati.		Včasih kritiko sprejmeš, če je dobronamerna in ti oseba želi pomagati.		Kritiko vidiš kot priložnost za učenje – sprejmeš jo in uporabiš za izboljšanje svojega dela.
--	--	--	--	---



Ne uporabljaš učinkovitih strategij za dokončanje nalog ali pa ne želiš vaditi strategij, ki ti jih je kdo pokazal.		Rad vadiš učinkovite strategije, a le takrat, ko opaziš, da ti gre dobro in da si uspešen.		Uživaš v vajah in v tem, da postajaš vse boljši. Morda imaš celo razdelan načrt, kako boš izuril neko veščino.
---	--	--	--	--



Hitro odnehaš. Po navadi obupaš že ob prvih težavah.		Vztrajaš, če hitro vidiš napredek, ali če te spodbujajo drugi.		Vztrajaš, se trudiš in verjameš vase, dokler ne dokončaš naloge.
--	--	--	--	--



Ne sprašuješ ali pa ne veš, kaj bi vprašal.		Če meniš, da je tema zate pretežka, ne postavljaš vprašanj.		Postavljaš vprašanja učitelju in sebi (o nalogi, postopkih ipd.).
---	--	---	--	---



Nisi zavzet in ne upaš tvegati. Če je naloga zahtevna, oddaš nedokončano ali pa jo prepíšeš od sošolca.		Upaš tvegati in poskusiš, če si bil že kdaj uspešen pri podobnih nalogah.		Samozavestno se lotiš dela, tvegaš, da boš naredil napako, in jo odkrito pokažeš drugim.
---	--	---	--	--



Razlaga: Preglej, kje se nahaja največ tvojih oznak. Oznake na levem delu strani kažejo, da pri tebi prevladuje miselna naravnost določenosti. Oznake na desnem delu lista pa nakazujejo, da je zate trenutno značilna miselna naravnost rasti. Kaj to pomeni, si preberi spodaj.

DOLOČENOSTI	MEŠANA	RASTI
Močno verjameš, da ti je tvoja inteligentnost dana in se bistveno ne spreminja. Če naloge ne moreš opraviti odlično in brez napak, se je raje niti ne lotiš. Meniš, da se pametnim ljudem ni treba truditi, da bi uspeli.	Nisi prepričan, ali lahko spremeniš svojo inteligentnost. Uspešnost se ti zdi pomembna, hkrati pa se želiš tudi kaj naučiti. Bolj ti je všeč, če se pri nalogah ni treba pretirano truditi.	Prepričan si, da svojo inteligentnost lahko izboljšaš in razviješ tako, da se učiš novih stvari. Sprejmeš nove in težke izzive. Veš, da pri preizkušanju novega napraviš veliko napak, iz katerih se tudi največ naučiš.

2.2 Izgrajevanja znanja o miselni naravnosti



Po uvodnih dejavnostih ozaveščanja prek samoocene in povratnih informacij sošolcev, učitelj predstavi raziskave o miselni naravnosti in znanstvena dognanja s tega področja. Pri pripravi si lahko pomaga s teoretičnim uvodom tega članka, ki vsebuje kratek povzetek spoznanj. Vključi lahko tudi ogled različnih animacij in risank, ki so dostopne na spletu (ključne besede mindset, children ipd.).

Učence lahko povabi k individualnemu razmisleku s pomočjo dejavnosti, ki so predstavljene v razdelku

2.2.1, ali pa jih razvrsti v skupine, da preverijo razumevanje razlage med igro vlog. Ponudi jim različne dejavnosti, s katerimi preveri, ali učenci razlikujejo med prepričanji in vedenji, ki so običajna za naravnosti rasti in določenosti.

2.2.1 Dejavnost: razlikujem med miselno naravnostjo rasti in določenosti

Navodilo: Razrežite, razvrstite in prilepite izjave v ustrezen stolpec.

 <p>Nekdo, ki ima miselno naravnost DOLOČENOSTI</p>	 <p>Nekdo, ki ima miselno naravnost RASTI</p>

Ga navdahne uspešnost drugih.	Čuti ljubosumje ob uspehih drugih.
Se trudi, dokler ne obvlada.	Se uči na svojih napakah.
Verjame, da je trdo delo zaman; če ti nekaj ne gre, ti pač ne gre.	Rad preizkuša nove stvari.
Ima rad izzive.	Hitro obupa in odneha.
Ne mara novih in zahtevnih dejavnosti.	Verjame, da se s trdom veliko nauči.
Se izogiba izzivom.	Verjame, da se je bolje izogniti težkim nalogam, saj se tako izogneš tudi napakam.

2.2.2 Igre vlog

Učitelj pripravi opise različnih situacij. Listke razdeli skupinam in da navodilo: »V skladu z opisom pripravite scenarij in odigrajte igro vlog. Po odigranih prizorih boste gledalci poskusili ugotoviti, kakšna je bila miselna naravnost posameznikov, in utemeljili, iz česa je bilo to razvidno.«

Učenci se razporedijo v 4 skupine. Vsaka skupina dobi navodilo.

SKUPINA 1

Pripravite scenarij in odigrajte prizor, pri čemer upoštevajte naslednje informacije:

VLOGI

- učiteljica
- učenec z miselno naravnostjo rasti

SITUACIJA

Učiteljica predlaga učencu, naj se prijavi na debatno tekmovanje.

Bodite pozorni, da poleg odziva učenca (obnašanja), čim bolj nazorno prikažete tudi, kako se počuti in o čem razmišlja.

SKUPINA 2

Pripravite scenarij in odigrajte prizor, pri čemer upoštevajte naslednje informacije:

VLOGI

- učiteljica
- učenka z miselno naravnostjo določenosti

SITUACIJA

Učiteljica predlaga učenki, naj se prijavi na debatno tekmovanje.

Bodite pozorni, da poleg odziva učenke (obnašanja), čim bolj nazorno prikažete tudi, kako se počuti in o čem razmišlja.

SKUPINA 3

Pripravite scenarij in odigrajte prizor, pri čemer upoštevajte naslednje informacije:

VLOGE

- voditeljica šolske proslave
- učenec z miselno naravnostjo rasti
- učenec z miselno naravnostjo določenosti
- (po želji lahko dodate še druge podporne vloge)

SITUACIJA

Voditeljica povabi oba učenca, da na predstavi nastopita s predstavitevjo raziskovalne naloge, ki sta jo pripravila pred kratkim.

Bodite pozorni, da poleg odzivov učencev (obnašanja), čim bolj nazorno prikažete tudi, kako se počutita in o čem razmišljata.

SKUPINA 4

Pripravite scenarij in odigrajte prizor, pri čemer upoštevajte naslednje informacije:

VLOGE

- učitelj matematike
- učenec z miselno naravnostjo rasti
- učenec z miselno naravnostjo določenosti
- (po želji lahko dodate še druge podporne vloge)

SITUACIJA

Učitelj matematike na tablo zapiše novo nalogo - matematični problem, s katerim želi spodbuditi razmislek učencev in uporabo znanja ter logike. Do rešitve lahko pridejo le, če raziskujejo, saj česa podobnega pri pouku še niso obravnavali.

Bodite pozorni, da poleg odzivov učencev (obnašanja), čim bolj nazorno prikažete tudi, kako se počutita in o čem razmišljata.

Po odigranih prizorih učenci gledalci ugotavljajo, kakšna miselna naravnost je bila razvidna pri junakih. Svoje presoje utemeljujejo s pomočjo značilnosti, ki so jih spoznali v prejšnjih dejavnostih.

2.3 Spreminjanje manjfunkcionalnih prepričanj

2.3.1 Postavljanje cilja in kriterijev uspeha

Po načelih formativnega spremljanja učitelj učence usmeri k jasnemu oblikovanju lastnih ciljev razvoja ter jih povabi k aktivnemu spreminjanju v želeni smeri. Uporabi lahko naslednje navodilo:

Danes si spoznal pomembnost miselne naravnosti in ozavestil, kakšno miselno naravnost imaš sam. Verjetno si v nekaterih situacijah želiš svojo miselno naravnost spremeniti v smeri rasti. Zastavi si jasen cilj za naslednji teden.

Kako boš vedel, da si cilj dosegel? Moji kriteriji uspešnosti so (*namig: za oblikovanje kriterijev si lahko pomagaš z opisniki iz rubrik za samooceno*):

2.3.2 Spremljanje napredka z opazovanjem samega sebe

Učenci pri domači nalogi spremljajo svoj napredek. V pomoč jim je lahko naslednja dejavnost.

Navodilo: V tem tednu opazuj svoje odzive v šoli in spremljaj, v kolikšni meri si uspel ravnati v skladu s svojim ciljem.

Datum	Kratek opis situacije	Doseganje cilja

Na naslednjem srečanju učenci predstavijo ugotovitve. Ena od možnosti je, da v skupinah po 4 podelijo svojo izkušnjo. Skupinam damo naslednje iztočnice za delo.

Navodilo: Izberite učenca, ki bo vodil pogovor. Njegova naloga je, da postavlja vprašanja, vključuje vse člane skupine, vsakega vključi v pogovor.

Izberite učenca, ki bo na koncu skupinskega pogovora na kratko poročal o delu skupine.

Učenci se v skupini pogovorite o izvedbi domače naloge. V pomoč so vam spodnja vprašanja.

Kako si se počutil v tem tednu, ko si izvajal domačo nalogo?

- Kaj ti je bilo všeč?
- Kaj ti ni bilo všeč?

- Si pri sebi opazil kaj, kar se ti je zdelo zanimivo?
- V kolikšni meri si uspel uresničiti svoj cilj?
- Kdaj ti je bilo najtežje dosežati miselno naravnost rasti?

2.3.2 Spreminjanje nefunkcionalnih misli

V ozadju nekaterih nezaželenih ali nekoristnih vedenj so običajno nefunkcionalne misli. Učenci se v naslednji dejavnosti učijo prepoznati te misli in notranji samogovor spreminjajo v smeri bolj funkcionalnih prepričanj.

Navodilo: Kaj si lahko rečeš, ko se zalotiš, da si zapadel v naravnost določenosti? Spremeni miselno naravnost določenosti v miselno naravnost rasti.

MISELNA NARAVNANOST DOLOČENOSTI	MISELNA NARAVNANOST RASTI
Tega ne znam.	
Dovolj mi je. Ne bom več.	
To je pretežko.	
Sem poskusil, pa ne gre.	
Nisem za matematiko.	
Sem slab bralec.	
Dobro sem opravil.	
Fiziko obvladam.	
Ta odgovor je v redu. Ne bom popravljaj.	
Nikoli ne bom tako pameten kot on.	
Naredil sem napako.	

3 Sklep

Spoznanja o miselni naravnosti, njenem pomenu za doživljanje, vedenje in posledično uspešnost v življenju so pritegnila mojo pozornost. Brez dvoma predstavljene dejavnosti koristijo vsem učencem, zato so zasnovane tako, da so primerne za zaokroženo izvedbo v okviru razrednih ur. Posebno vrednost pa vidim še v kontekstu pomoči najbolj ranljivim skupinam učencev (učenci z učnimi težavami, posebnimi potrebami, priseljenci) na eni in delu z nadarjenimi učenci na drugi strani.

Pri preizkušanju zamisli v razredu vsakič znova ugotavljam, da je pomembno individualizirati dejavnosti in učencem ponuditi raznolike možnosti za doseg zastavljenih ciljev (poleg dramatizacije lahko nekatere

skupine oblikujejo motivacijske plakate in predstavijo spoznanja itd.). Tako bodo lahko vsi na svoj način in v celoti razumeli koncept. Samo razumevanje pa je prvi korak, zato se mi zdi smiselno proces voditi dalj časa, da učenci ponotranjijo logiko miselne naravnosti rasti in tudi v stresnih situacijah zmorejo spremeniti svoje mišljenje v tej smeri. Smatram, da je za doseg zastavljenih ciljev vsebinsko nujno bolj poglobljeno načrtovati skupaj z razredniki in bolj sistematično doreči prenos spoznanj v vsakodnevno delo v razredu (s podarkom na povratnih informacijah, ki so usmerjene na proces učenja in izboljšave, oz. pohvalah učencev za vloženi trud in dobre strategije dela). V tem okviru bi bilo smiselno v duhu formativnega spremljanja z učenci dalj časa spremljati in sistematično spreminjati miselno naravnost vsakega izmed njih.

Poleg dejavnosti, ki jih izvajamo z učenci, je pomembno tudi informiranje učiteljev o konceptu miselne naravnosti, samospoznavanje lastne miselne naravnosti ter usmerjanje pozornosti na povratne informacije, ki jih dajemo učencem. Šele takrat bo razredna ura del širšega sistema spodbujanja učinkovitih vedenj in pozitivne motivacije za učenje.

V obeh oddelkih, v katerih sem izvedla razredne ure, so bili odzivi učencev pozitivni. Način dela se jim je zdel

Poleg dejavnosti, ki jih izvajamo z učenci, je pomembno tudi informiranje učiteljev o konceptu miselne naravnosti, samospoznavanje lastne miselne naravnosti ter usmerjanje pozornosti na povratne informacije, ki jih dajemo učencem.

zanimiv in jim je bil všeč, omenili so, da je bila zanje nova ugotovitev, da inteligentnost lahko razvijamo. Učitelji so poročali o kratkotrajnih učinkih pri pouku: v pogovorih v zbornici so po delavnicah omenjali, da so učenci bolj delovni in zavzeti, vendar se ta učinek ni kazal dalj časa. Podrobnejša spremljava, ki bi bila objektivno zastavljena in ki bi načrtno merila morebitne spremembe, ni bila opravljena.

Viri in literatura

1. Busch, B. (2018). Research every teacher should know. *The Guardian*. Dostopno na <https://www.theguardian.com/teacher-network/2018/jan/04/research-every-teacher-should-know-growth-mindset> (21. 2. 2018).
2. Dweck, C. (2007). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Ballantine Books.
3. Dweck, C. (2002). Messages that motivate: How praise molds students' beliefs, motivation, and performance (in surprising ways). V: J. Aronson (ur.), *Improving Academic Achievement: Impact of Psychological Factors on Education (Educational Psychology, str. 37-60)*. San Diego, CA, US: Academic Press.
4. Yeager, D. S., Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe personal characteristics can be developed. *Educational psychologist*, 47(4), 302-314.
5. Mindsetworks. Dostopno: na <http://www.mindsetworks.com> (21. 2. 2018).