

Les dues mentalitats de Dweck



MENTALITAT FIXA

Evitar els reptes

Donar-se per vençut fàcilment

Visualitzar l'esforç com a improductiu

Ignorar totes les crítiques constructives

Sentir-se amenaçat per l'èxit dels altres

Com a resultat es donen per vençuts més ràpid
i no aconsegueixen el seu veritable potencial



MENTALITAT CREIXEMENT

Acceptar els reptes

Ser persistent en les dificultats

Comprendre l'esforç com el camí cap a l'èxit

Escoltar i aprendre de les crítiques

Aprendre i inspirar-se de l'èxit dels altres

Com a resultat aconsegueixen més assoliments