



PARTENER:



Curs Growth Mindset

Participanți: copii cu vârsta cuprinsă între 15 și 18 ani

Nr. ședințe: 8

Durată ședință: 1 oră, o dată la 2 săptămâni

Introducere curs:

Conceptul de "Mindsets" a fost adus în actualitate de către Dr. Carol Dweck, unul dintre cei mai proeminenți cercetători din lume în domeniul personalității și psihologiei sociale. Cercetările conduse în domeniul "Mindsets" propun ca părerea pe care o adoptăm despre noi influențează felul în care ne conducem viața. Aceasta poate determina în ce măsură putem deveni ceea ce ne dorim și dacă vom îndeplini țelurile pe care ni le-am propus.

Abordarea "Growth mindset" propune ideea ca, atunci când depunem efort, cerem feedback, lucrăm cu strategii bune și perseverăm în fața obstacolelor, ne putem dezvolta.

Chiar dacă avem toți talente, aptitudini, interese sau temperamente diferite, oricine se poate schimba, învăța și evolua prin practică și experiență.

"Growth mindset-ul" este caracterizat de felul în care interpretăm cuvintele "efort" și "perseverență". Mentalitatea pe care o avem influențează felul în care răspundem la feedback și are un rol esențial în ceea ce credem, în alegerile pe care le facem și obiectivele pe care ni le setăm.

Obiectivele programului:

- Sprijinirea participanților în vederea dezvoltării și consolidării unui 'Growth Mindset'. Astfel, ei își vor antrena inteligența pentru a progresa spre excelență.
- Tranziția de la o mentalitate 'judecă și fii judecat' la o mentalitate 'învăță și ajută-i și pe alții să învețe'. A deveni cineva și a evolua e mai important decât a fi perfect în prezent.
- Evidențierea faptului că procesul de dezvoltare spre a atinge excelența este important, nu perfecționismul; excelența și perfecționismul nu sunt sinonime.



*membru European Council for High Ability
și World Council for Gifted and Talented Children*

Teme abordate:

- "Fixed & growth mindsets" – definiții și aplicații în domeniul educației
- Succesul personal – rolul perseverenței în practică
- Reinterpretarea eșecului în contextul tranziției de la "fixed mindset" la "growth mindset". Modalități de abordare a eșecului
- Motivația intrinsecă – relevanța în dezvoltarea "growth mindset". Tehnici de dezvoltare și antrenare ale acestora
- Limbajul posibilității – tranziția de la "problemă" la "oportunitate"
- "Stretch" – dincolo de zona de confort. Modalități de a progresa spre excelență
- Cultivarea recunoștinței – dezvoltarea curiozității ca o aptitudine esențială pentru progres

Criterii de selecție:

- În vederea participării la curs, copiii nu vor susține nicio testare în prealabil.

Cursul **Growth Mindset** este organizat în parteneriat cu **Walnut Wisdom** și va fi susținut de Larisa Sohorca - Fondator Walnut Wisdom | EQ & Team Coach – Master Level | Six Seconds Network Leader

