



Growth Mindset  
for Pre-service Teachers

วันนี้เรามาทำอะไร  
ทำไมถึงต้องทำ  
ทำไปเพื่ออะไร  
ถ้าไม่มาวันนี้ เรากำลังทำอะไรอยู่

# \*\* Pre-Test \*\*

What is the longest English word?



# SMILES

See Miracle In Life Everyday

สิ่งที่เรา  
“เจอ”

~~ไม่ใช่~~

สิ่งที่เรา  
“คิด”



\*\* Alphabet \*\*

ตัวอักษร

หนึ่ง

ตัว

เป็น

**มากกว่า>**

ตัวของมันเอง

# Mindset

ไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่า

เรา

“เจออะไร”

แต่ขึ้นอยู่กับว่า

เรา

“มองยังไง”



ทุกความคิด  
ทุกท่าที  
มีผลต่อชีวิตเราทั้งสิ้น



© Society for Community Organization (SoCO)



# Sauna



# ที่แคบ

อึดอึด → Fixed Mindset

หรือ

อ่อน → Growth Mindset



คืบที่

อยู่ “ได้”

คืบใจ

อยู่ “ยาก”

"Failure is an opportunity to grow"

## GROWTH MINDSET

"I can learn to do anything I want"

"Challenges help me to grow"

"My effort and attitude determine my abilities"

"Feedback is constructive"

"I am inspired by the success of others"

"I like to try new things"

"Failure is the limit of my abilities"

## FIXED MINDSET

"I'm either good at it or I'm not"

"My abilities are unchanging"

"I don't like to be challenged"

"I can either do it, or I can't"

"My potential is predetermined"

"When I'm frustrated, I give up"

"Feedback and criticism are personal"

"I stick to what I know"

“ปัญหา” เป็นเรื่องน่ากลัว ???

แต่ทุกครั้งที่เราเจอ

“ปัญหา”

หลังจากนั้น

เราจะ

“เก่งขึ้น”

เสมอ

“ปัญหา”

กับ

“ปัญญา”

เป็น

เรื่องเดียวกัน



Slow and Steadily  
wins the race

PBRIHE

In Conclusion

มองตัวเอง

นำไปใช้

ส่งต่อให้ผู้อื่น

ทุกขียาก

สุขง่าย

ทุกข้ง่าย

สุขยาก

<sup>66</sup>ทักษะ<sup>99</sup> ของความเป็นครูไม่หยุดนิ่ง  
แต่ <sup>66</sup>จิตวิญญาณความเป็นครู<sup>99</sup>  
ไม่เปลี่ยนแปลง

# Growth Mindset

ที่สามารถนำไปใช้ได้ทั้งในชีวิตประจำวัน

## แนวคิดหลัก

**เชื่อว่าความสามารถพัฒนาได้** ไม่ใช่สิ่งตายตัว แต่เติบโตขึ้นจากการฝึกฝนและความพยายาม

**มองความผิดพลาดเป็นโอกาสเรียนรู้** ความล้มเหลวไม่ใช่จุดจบ แต่เป็นข้อมูลให้ปรับปรุง

**ให้คุณค่ากับกระบวนการมากกว่าผลลัพธ์** การพยายามและความก้าวหน้ามีความหมายไม่แพ้ความสำเร็จ

# ตัวอย่างการนำไปใช้

## • ในห้องเรียน

- ใช้กิจกรรมที่ให้ลองผิดลองถูก เช่น การอภิปรายหรือการทำโครงการที่ไม่มีคำตอบเดียว
- ติดโปสเตอร์หรือคำคมที่กระตุ้นให้เชื่อว่า การเรียนรู้ คือ การเดินทาง ไม่ใช่การแข่งขัน

## • ในชีวิตประจำวัน

- ตั้งเป้าหมายเล็กๆ ที่ท้าทาย เช่น เรียนรู้ทักษะใหม่เดือนละหนึ่งอย่าง
- ฝึกการสะท้อนตนเอง (reflection) หลังทำงานหรือเรียน เพื่อหาสิ่งที่พัฒนาได้

## • ในองค์กรหรือการทำงาน

- ส่งเสริมวัฒนธรรมการให้ feedback ที่สร้างสรรค์
- ยกย่องความพยายามและการเรียนรู้ ไม่ใช่แค่ผลลัพธ์สุดท้าย

## • กิจกรรมเชิงปฏิบัติ

- **“I can't do this...yet” exercise** เขียนสิ่งที่ทำไม่ได้ แล้วเติมคำว่า “ยัง” เพื่อเปลี่ยนมุมมอง
- **Growth Journal** บันทึกความท้าทายที่เจอ วิธีแก้ และสิ่งที่เรียนรู้จากมัน
- **Peer Learning** ให้ผู้เรียนช่วยกันอธิบายแนวคิดที่ยากแก่กันเอง เพื่อสร้างความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และสอนกันได้

# กิจกรรม "บทเรียนจากความล้มเหลว และการเรียนรู้"

- เป้าหมาย

- สร้างทัศนคติแบบ Growth Mindset (เชื่อว่าความสามารถพัฒนาได้) เชื่อมโยงกับหลักคำสอนทางศาสนาเรื่องการเรียนรู้จากทุกประสบการณ์

- ขั้นตอน

- เปิดด้วยเรื่องเล่า (Storytelling)

- ผู้สอนเล่าเรื่องบุคคลสำคัญที่เคยเผชิญความล้มเหลวหรือความท้าทาย แต่ใช้สิ่งนั้นเป็นบทเรียน เช่น พระพุทธเจ้าที่ทดลองวิธีการต่าง ๆ ก่อนค้นพบทางสายกลาง
- ชี้ให้เห็นว่าแม้แต่บุคคลผู้ยิ่งใหญ่ก็ต้องผ่านการลองผิดลองถูก

## ○ **Reflection Exercise**

- เขียนประสบการณ์ที่ตนเองเคยล้มเหลวหรือทำผิดพลาด
- เติมประโยค “สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากเหตุการณ์นี้คือ...”
- เน้นการมองความผิดพลาดเป็นครู

## ○ **Discussion Circle**

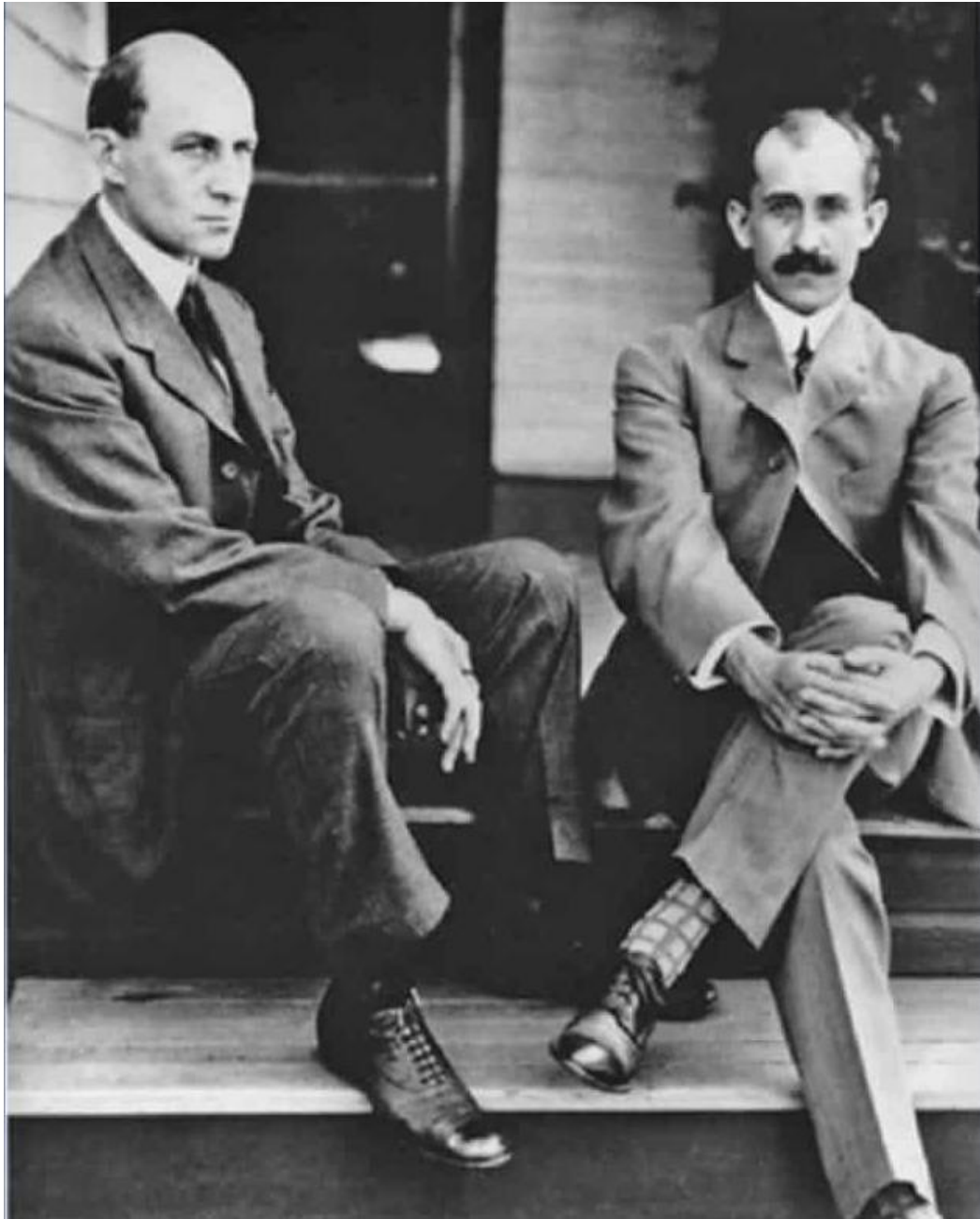
- แบ่งปันเรื่องราวในกลุ่มเล็ก
- เพื่อน ๆ ช่วยสะท้อนมุมมองว่า “สิ่งนี้แสดงให้เห็นว่าคุณกำลังพัฒนา”
- สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ร่วมกัน ไม่ใช่การตัดสิน

- **เชื่อมโยงกับหลักศาสนา**

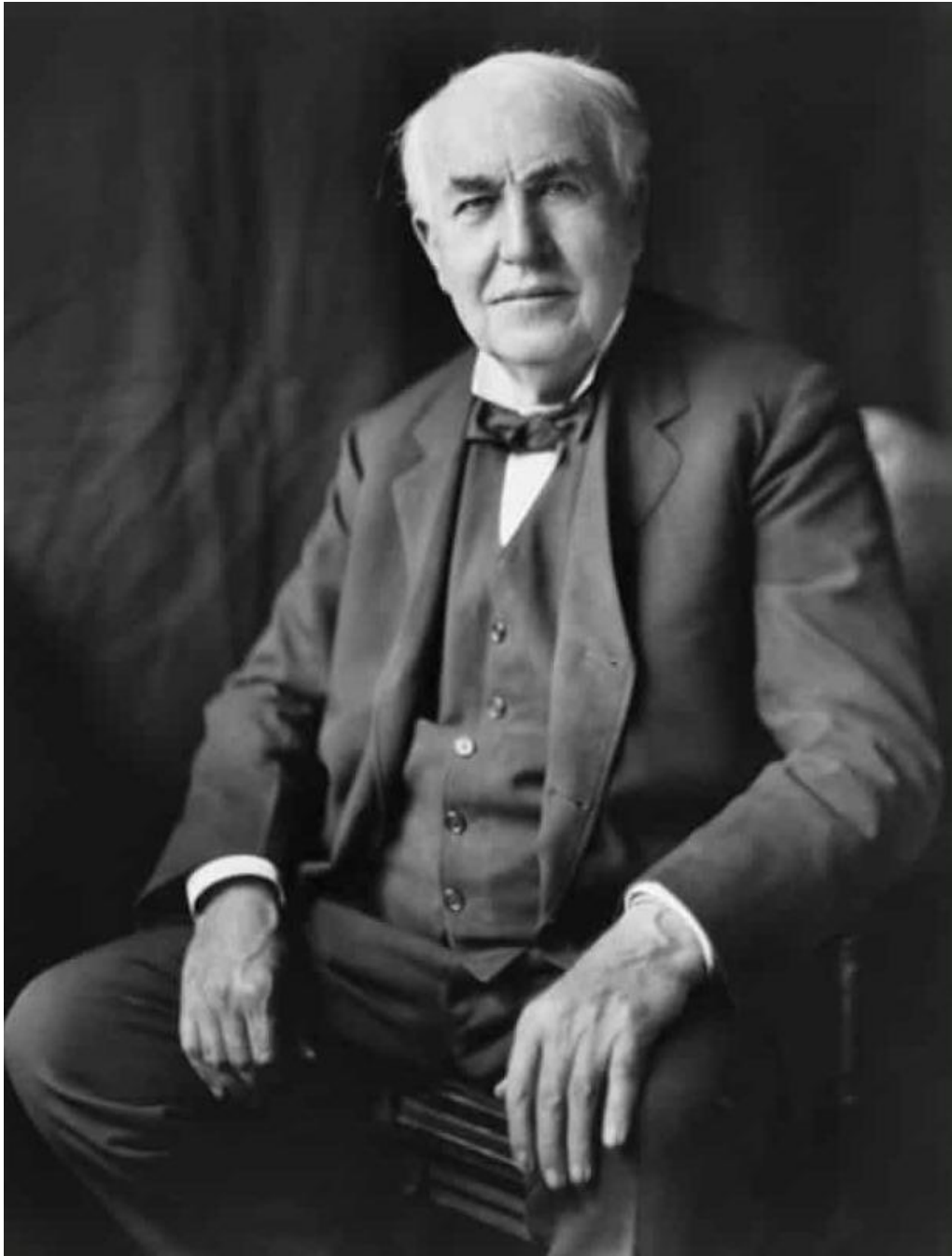
- อธิบายว่าหลักธรรมในหลายศาสนาสอนให้มนุษย์เรียนรู้จากความทุกข์ ความผิดพลาด และใช้เป็นหนทางสู่การเติบโต
- เช่น แนวคิดเรื่อง ปฏิจจสมุปบาท (ทุกสิ่งเกิดจากเหตุปัจจัย) → ความล้มเหลวก็เป็นปัจจัยให้เกิดการเรียนรู้ใหม่

- **Closing Activity: “Not Yet” Mindset**

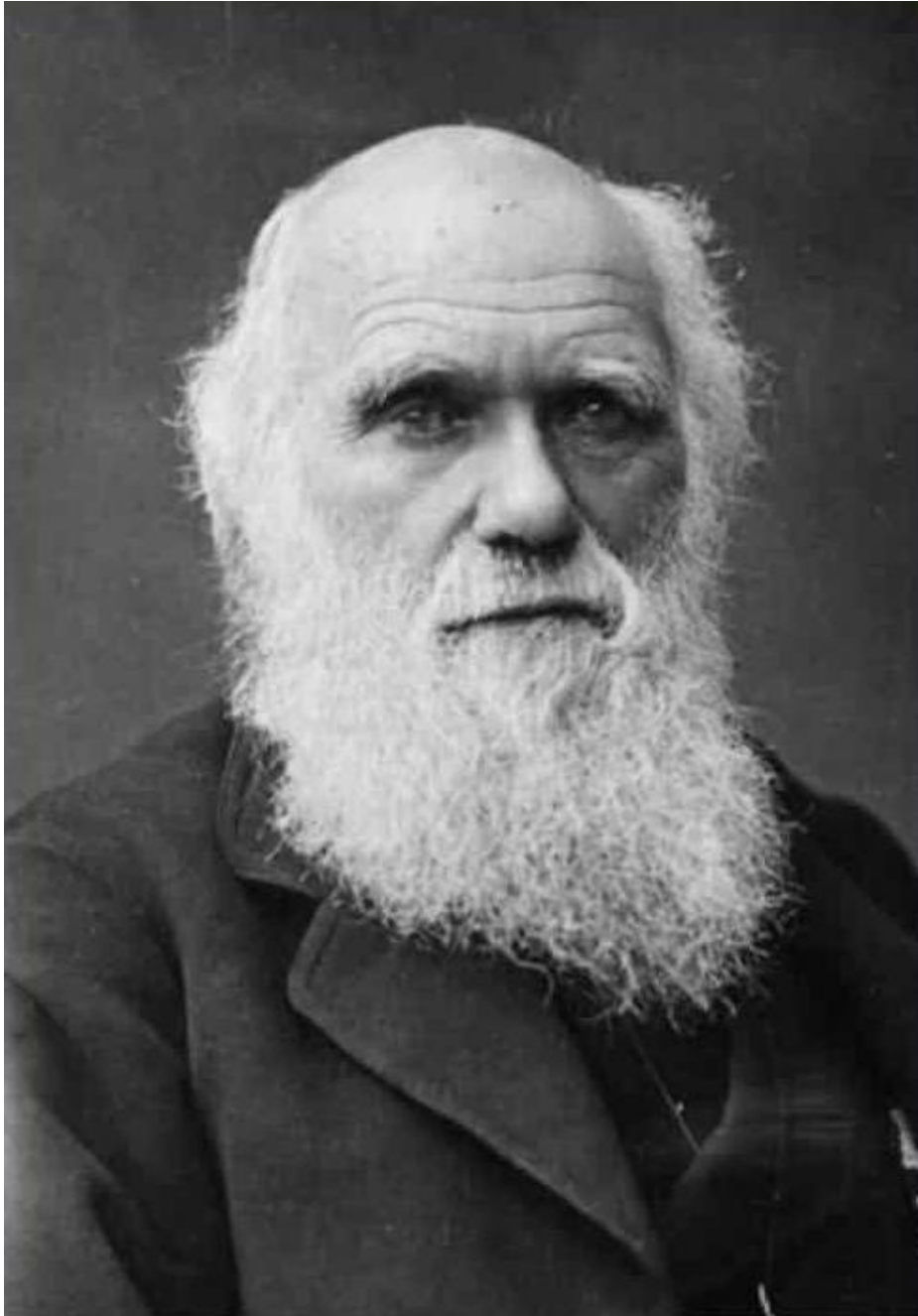
- ให้นักศึกษาเลือกสิ่งที่ยังทำไม่ได้ แล้วเขียนว่า “ฉันยังทำสิ่งนี้ไม่ได้...แต่ฉันจะพัฒนาได้”
- ติดไว้บนบอร์ดห้องเรียนเป็น “Growth Wall” เพื่อเตือนใจตลอดภาคเรียน



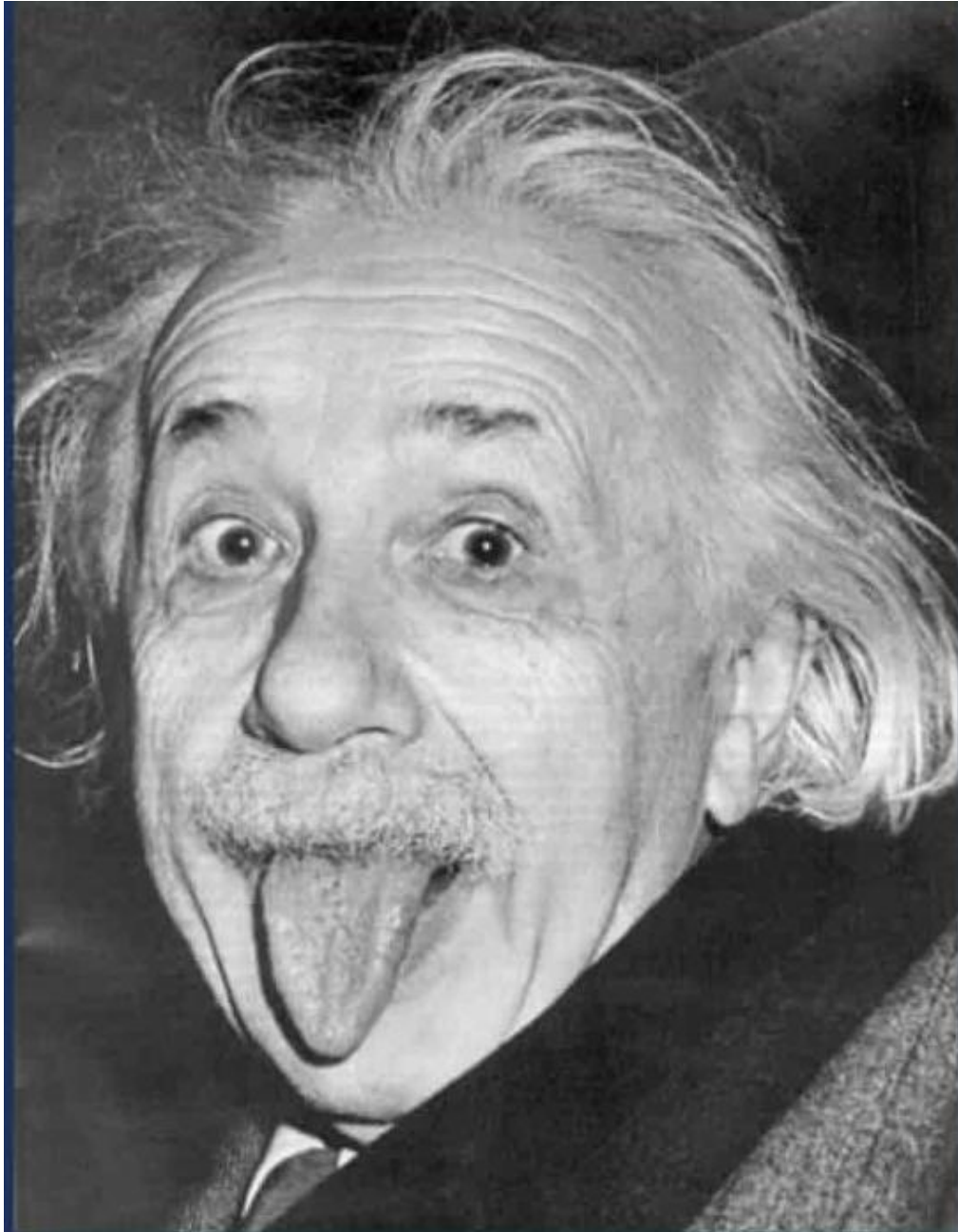
Orville and Wilbur Wright



Thomas Edison



Charles Darwin



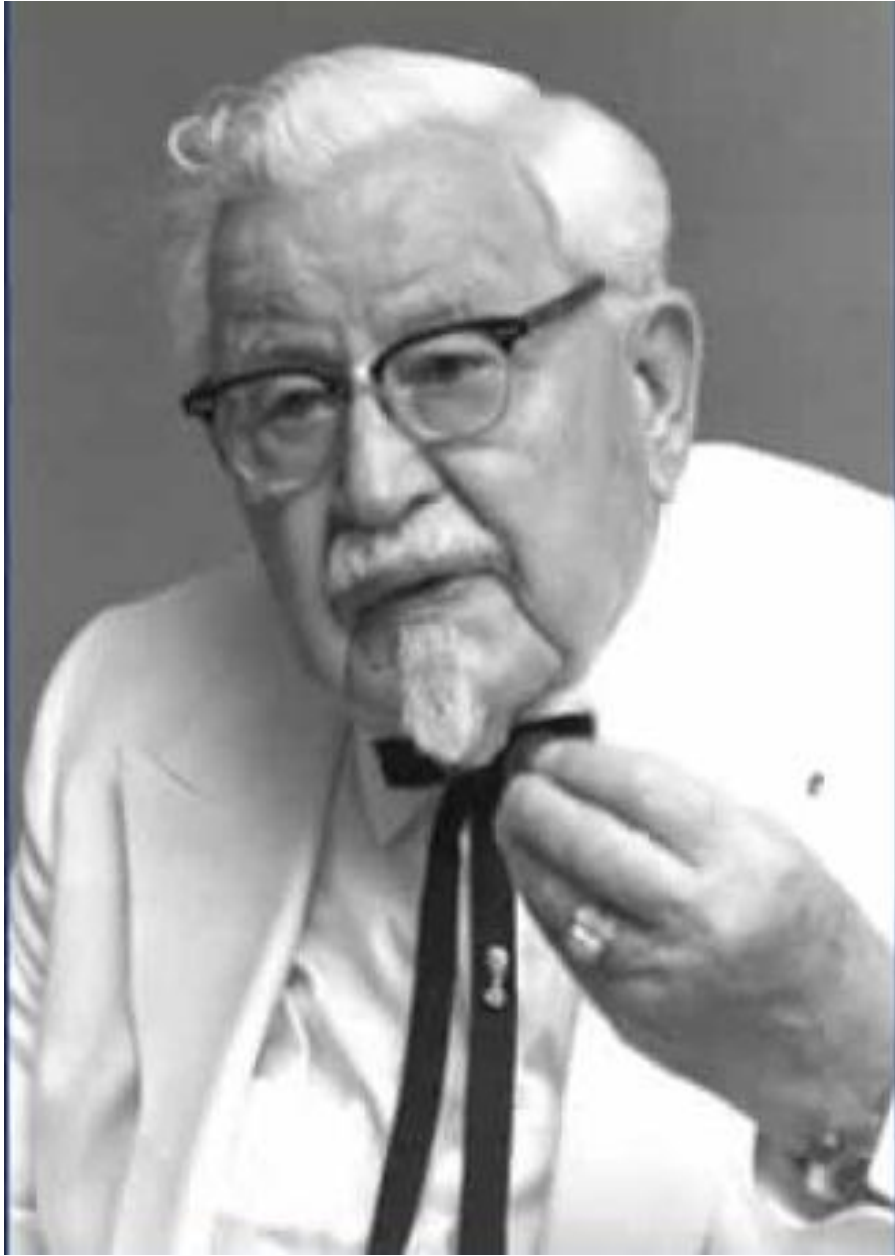
Albert Einstein



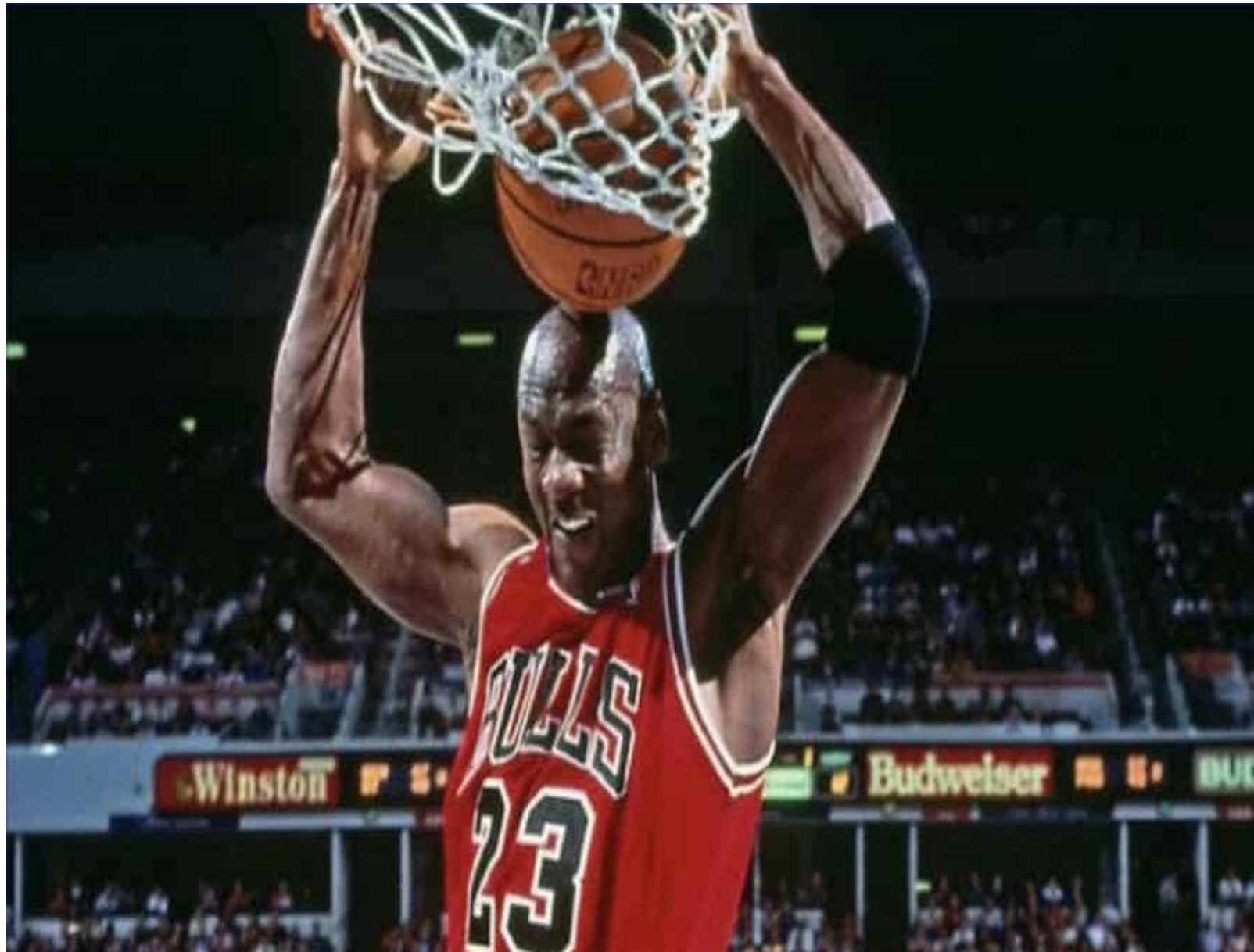
Bill Gates



Walt Disney



Harland David Sanders



Michael Jordan



Vincent Van Gogh

- SUMO
- MOP
- SIM
- POV
- PLUM
- VIP
- SOLF
- IF
- SOUL
- UP
- MAP
- FILM
- SOUL
- SOUP
- FILM
- SLIM
- OF

- LIP
  - OIL
  - FOUL
  - SIP
  - SUP
  - PUS
  - SOIL
- LIP
  - LIVE
  - SIP
  - LOVE
  - AI
  - MAP
  - OIL
  - SUB
- VIP
  - LIP
  - LOVE
  - LOSE
  - POLIS
- USA
  - PM
  - AM
  - AIS
  - AIM
  - PIM
  - I AM
  - LIP
  - FILM

- MAIL
- PALM
- FOAM
- SUN
- SON
- BUS
- FILM
- SLIM
- FAT
- SAD
- LAP
- UP
- SF
- MVP
- VS
- MV
- SO
- SOL
- LIP
- LIVE
- SIM
- LOVE
- AI
- MAP
- OIL
- SUB

- พอ

- Id

- กา

- US
- T
- IS
- SIM
- LAMP
- LAM
- MAP
- SOI

- FLIP
- FLIM
- MOS
- IF

- OIL
- US
- I
- SO
- SPAM
- SAM
- MOU
- FILM

- OF
- MIS
- PAM
- LIS
- SOUP
- LIP
- LAP
- MVP
- IMPULSO
- AM
- SOIL
- AM
- VOUL
- I m
- POUAL
- LAW
- OF
- SOAP
- LUV
- MV
- I M
- OIL
- MU
- SPU
- AI
- AS
- IF
- PA
- MA