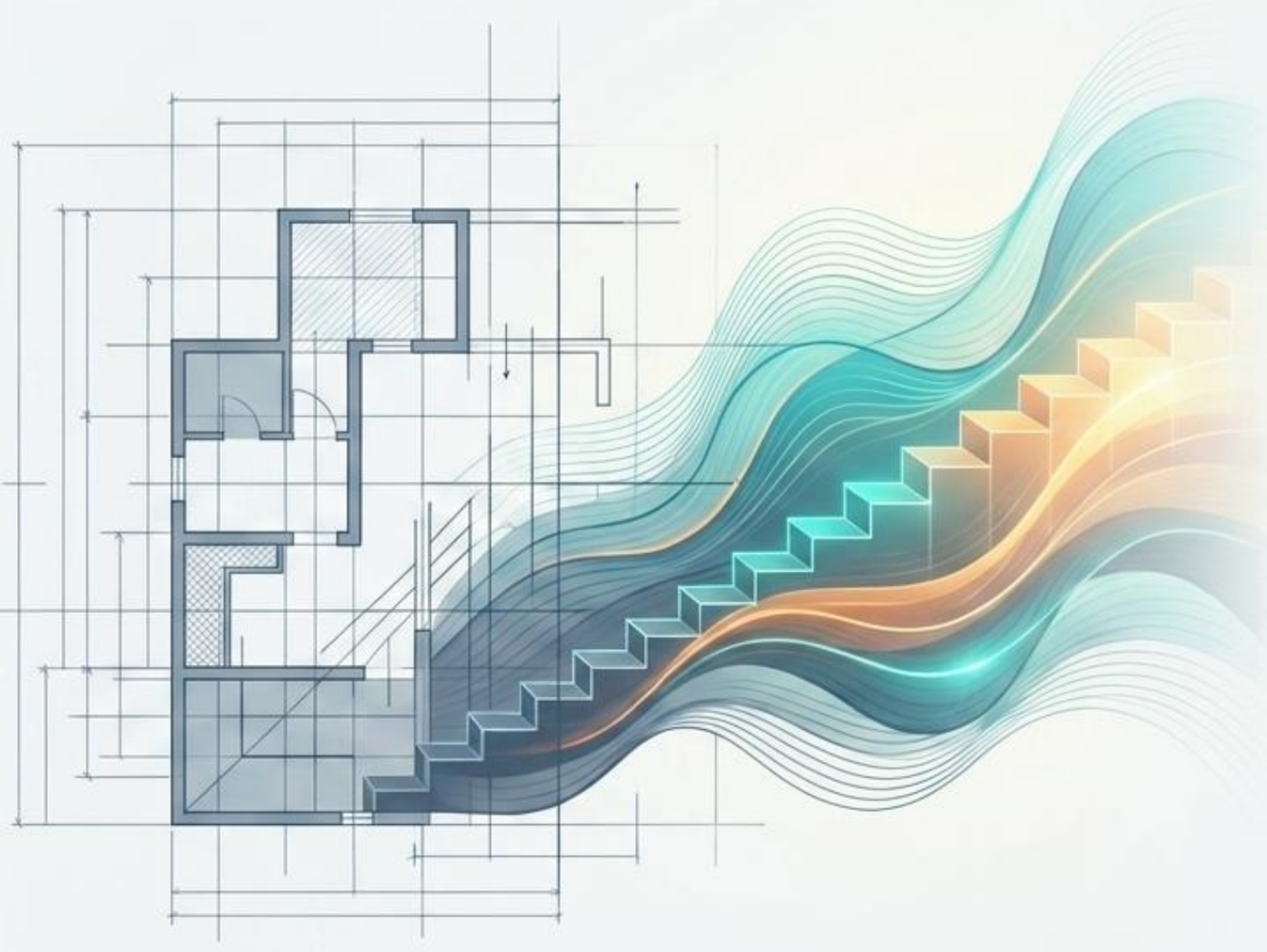


พิมพ์เขียวแห่งศักยภาพ: ถอดรหัส Growth vs. Fixed Mindset

สำรวจวิธีคิดที่ซ่อนอยู่เบื้องหลังความสำเร็จและข้อจำกัดของมนุษย์

เอกสารคู่มือสำหรับเจาะลึกและประเมินวิธีคิด (Mindset Assessment & Guide)

NotebookLM

สำรวจชุดความคิดของคุณ (Self-Audit)

เลือกว่าคุณเห็นด้วยกับความคิดข้อใดบ้างในสถานการณ์ส่วนใหญ่:

- ○ 1. ฉันรู้ตัวดีว่าไม่มีทางเก่งในวิชานั้นๆ หรือทำกิจกรรมยากๆ นั้นได้เลย
- ○ 2. เมื่อทำผิดพลาด ฉันพยายามเรียนรู้จากมัน
- ○ 3. เวลาเห็นคนอื่นทำได้ดีกว่า เก่งกว่า ฉันรู้สึกกลัว
- ○ 4. ฉันชอบลองทำสิ่งใหม่และตื่นเต้นท้าทาย
- ○ 5. เวลาโชว์ให้คนอื่นเห็นว่าฉันเก่ง ฉลาดและทำสมบูรณ์แบบ ฉันรู้สึกสำเร็จ
- ○ 6. ฉันเห็นความสำเร็จของคนอื่นเป็นแรงบันดาลใจ อยากลอง อยากทำบ้าง
- ○ 7. ฉันรู้สึกดีเวลาเห็นคนอื่นทำอย่างฉันไม่ได้
- ○ 8. คนเราฉลาดกว่าเดิม เก่งกว่าเดิมได้ด้วยความพยายาม
- ○ 9. ป่วยการที่จะต้องพยายาม คนเราเกิดมาฉลาดหรือโง่ยังไงก็ยังงั้น
- ○ 10. ฉันชอบทำอะไรท้าทายใหม่ๆ หรือสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน

NotebookLM

ถอดรหัสผลลัพธ์ของคุณ

หากคุณตอบ "ข้อคี่" (1, 3, 5, 7, 9)

ชุดความคิดแบบ Fixed Mindset

คุณมีแนวโน้มที่จะปกป้องสถานภาพความเก่งของตนเอง และหลีกเลี่ยงความเสี่ยงที่จะทำให้ดูไม่ฉลาด

หากคุณตอบ "ข้อคู่" (2, 4, 6, 8, 10)

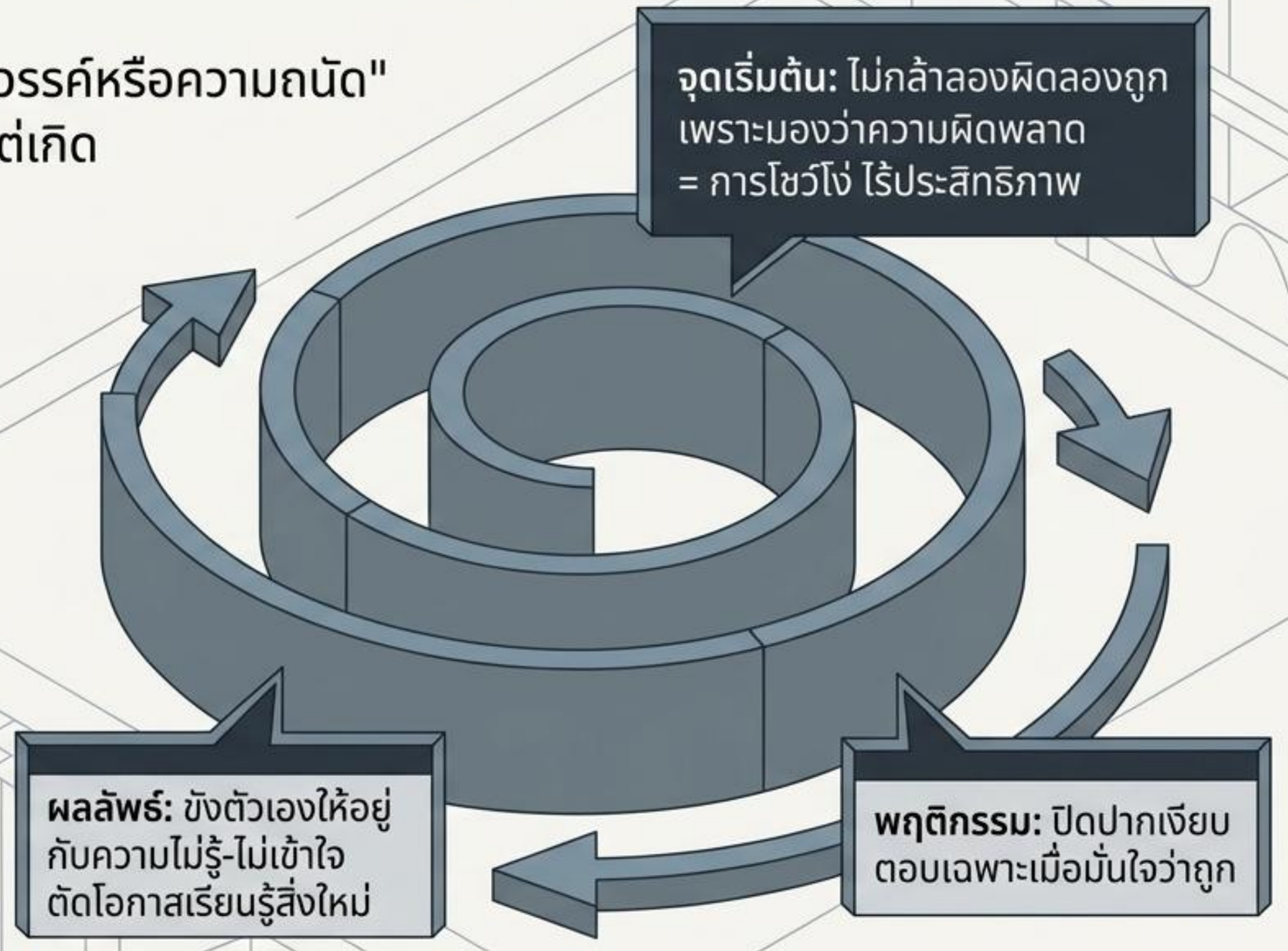
ชุดความคิดแบบ Growth Mindset

คุณให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้ ความพยายาม และมองเห็นข้อผิดพลาดเป็นบันไดสู่การพัฒนา

NotebookLM

กับดักของพรสวรรค์ (The Talent Trap)

คนที่มี Fixed Mindset มักยึดติดกับ "พรสวรรค์หรือความถนัด"
โดยเชื่อว่าความสามารถเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่เกิด
ดันทุรังไปก็เปล่าประโยชน์



ทุ่มเทแปลว่าโง่? - มุมมองที่ผิดพลาดว่าคนเก่งจริงไม่จำเป็นต้องพยายาม

NotebookLM

ศักยภาพที่ไร้ขีดจำกัด (Endless Capacity)

เปรียบเสมือน “น้ำครึ่งแก้ว” ที่มีพื้นที่เหลือสำหรับเติมความรู้ใหม่ๆ ได้เสมอ

มนุษย์เรียนรู้สิ่งใหม่ได้ไม่รู้จบและเก่งได้ด้วยการอาศัยเวลาและการฝึกฝน

พรสวรรค์ที่ติดตัวมาแต่เกิด เป็นเพียง “ต้นทุนตั้งต้นที่ดี” แต่ไม่ใช่ตัวกำหนดขีดความสามารถที่แท้จริง

ตั้งเป้าการเรียนรู้ที่เน้นการพัฒนาทักษะมากกว่าแค่การทำคะแนน

NotebookLM

“ไม่มีใครเกิดมาโง่” (Redefining Smart)

Theory of Multiple Intelligences: ทุกด้านมีความสำคัญเท่าเทียมกัน ลองค้นหาด้านที่คุณถนัด

NotebookLM

The Dweck Diagnostic Matrix: เลนส์ที่คุณใช้มองโลก

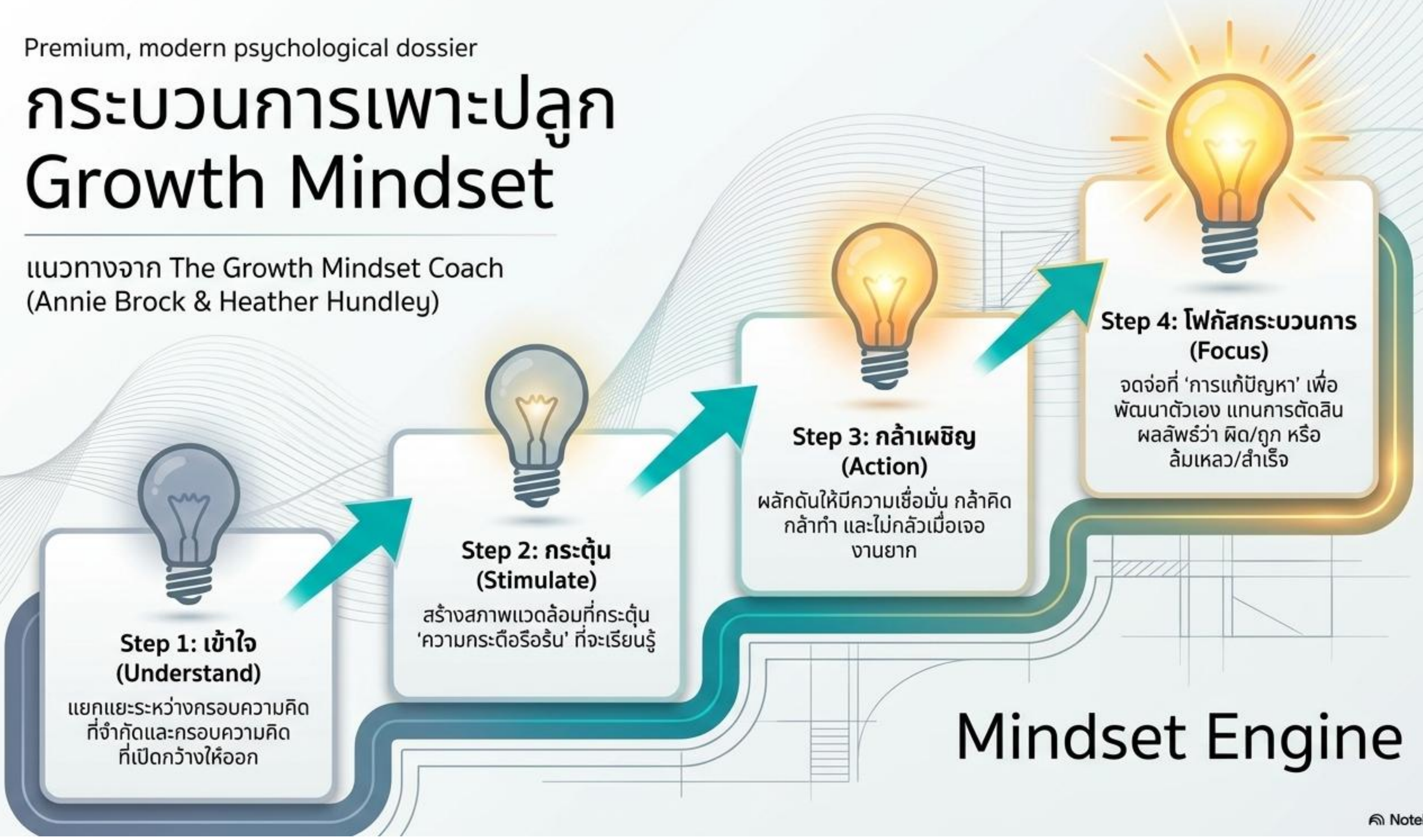
	Fixed Mindset	Growth Mindset
ความท้าทาย (Challenges)	เลี่ยงทำสิ่งยากๆ เพื่อรักษาภาพลักษณ์ว่าเก่งตลอดเวลา	ไม่เกี่ยงว่ายากหรือง่าย กระตือรือร้นที่จะลองและเรียนรู้
อุปสรรค (Obstacles)	ล้มเลิกอย่างรวดเร็วเมื่อเจอปัญหา	ฟันฝ่าอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหา
ความพยายาม (Effort)	มองว่าคนเก่งไม่ต้องพยายาม การออกแรงแปลว่าไม่เก่งจริง	มองว่าความพยายามและทุ่มเท คือหนทางสู่การพัฒนา
คำวิจารณ์ (Criticism)	ไม่รับฟังคำวิจารณ์เชิงลบ ปิดกั้นคำติเพื่อก่อ	รับฟังเสียงสะท้อนเพื่อรู้ว่าจุดไหน ควรพัฒนาเพิ่มเติม
ความสำเร็จของผู้อื่น (Success of others)	รู้สึกกลัว ไม่ปลอดภัย และถูกคุกคาม	เห็นเป็นแรงบันดาลใจและบทเรียนให้ก้าวตาม

NotebookLM

Premium, modern psychological dossier

กระบวนการเพาะปลูก Growth Mindset

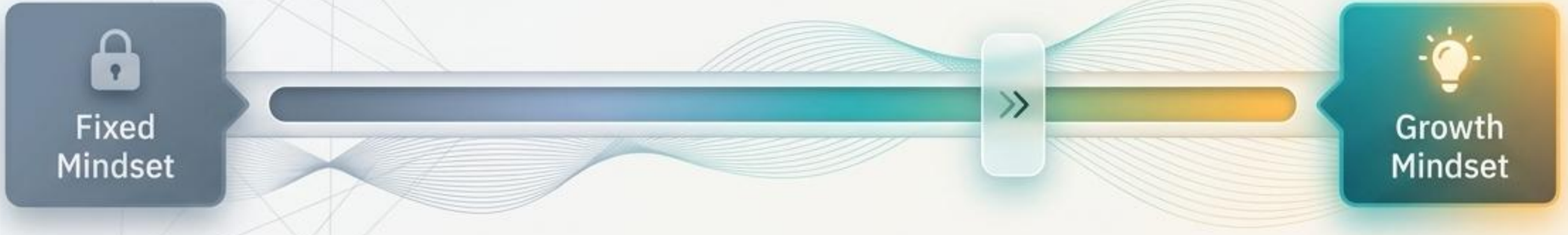
แนวทางจาก The Growth Mindset Coach
(Annie Brock & Heather Hundley)



NotebookLM

ความจริงที่ซ่อนอยู่: Mindset คือ "สเปกตรัม"

โดยธรรมชาติแล้ว ไม่มีใครมี Mindset แบบเดียวในทุกเรื่อง
ทุกคนสลับความคิดไปมาระหว่างทั้งสองแบบขึ้นอยู่กับสถานการณ์



Context A (Language)

นักเรียนอาจมี Growth Mindset ในการเรียนภาษา
เพราะสนุกและใช้ความพยายามทำความเข้าใจ

Context B (Math)

แต่เมื่อเจอกับสมการคณิตศาสตร์ที่ไม่ถนัด
อาจพลิกกลับไปใช้ Fixed Mindset ทันที
("ยังไงก็ไม่เอาไหนเรื่องเลขอยู่ดี")

**ความท้าทายที่แท้จริงไม่ใช่การเป็นคนที่สมบูรณ์แบบ แต่คือ การรู้เท่าทันตัวเอง (Awareness)
และทำหน้าที่กระตุ้น Growth Mindset ออกมาให้ได้มากที่สุดเมื่อต้องเผชิญหน้ากับความยากลำบาก**

NotebookLM