Workshop-Design '*Growth Mindset*'

Ziel des Workshops

Workshop zielt darauf,
(1) bewusst zu machen, wie sich ein statisches Selbstbild (*Fixed Mindset*) und ein dynamischen Selbstbild (*Growth Mindset*) unterscheiden
(2) die Reflexion über das eigene Selbstbild anzuregen
(3) zu einer bewussten Wahl eines dynamischen Selbstbildes zu ermutigen

Inhaltliche Vorbereitung

Ergänzend zu Kapitel 1 von *'Lernen leben!"* empfehle ich dir den TED-Talk von Carrol Dweck als Vorbereitung zum Workshop.

Du kannst diesen auch zur Einleitung des Workshops zeigen oder dir Inspiration für deine einleitenden Worte und für Stories holen:

Link:
https://www.ted.com/talks/carol_dweck_the_power_of_believing_that_you_can_improve?language=de

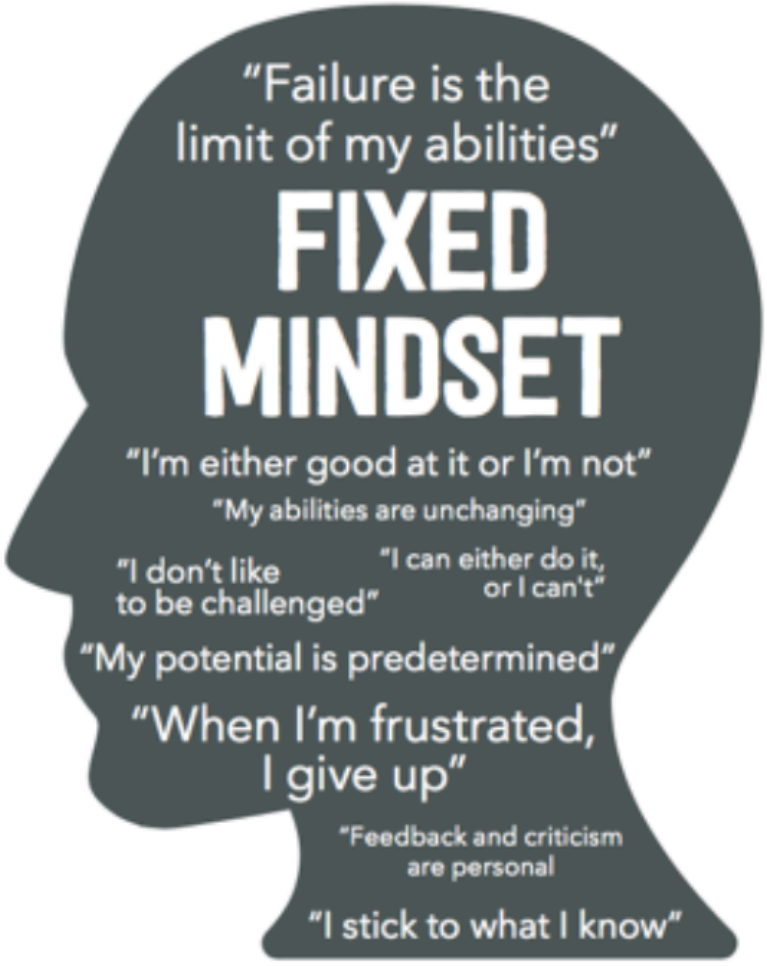
Setting

- evtl. Möglichkeit, ein Video zu zeigen
- Slidedeck/ Beamer oder Flipchart/ Poster für den Input zum Thema
- Gruppen von 3 bis 32 Teilnehmenden
- Flipchart
- Moderationskarten und Stifte

Ablauf des Workshops

Topic	Ziel	Methode	Dauer
1) Was ist ein Growth Mindset, ein dynamisches Selbstbild, ein fixes Selbstbild?	Bewusstsein schaffen und Inspirieren	Talk	10 min
2) Wie kann uns ein Growth Mindset nützlich sein?	Reflexion und Austausch zwischen den Teilnehmenden zur Frage.	Austausch in der Gruppe Ab 8 Teilnehmenden eignet sich die 1-2-4-all Methode: (Link: https://liberatingstructures.de/liberating-structures-menue/1-2-4-all/)	45 min
3) Einen Growth Mindset bewusst wählen	Verstehen: Es steht uns frei, bewusst für einen Growth Mindset zu wählen.	Talk	5 min
4) Input & Inspiration durch eine persönliche Story und/ oder die Beispiele von Carrol Dweck	Inspirieren	Talk	5 min
5) Intention zum Growth Mindset	Intention setzen Fragen an die Teilnehmenden zum Austausch: ● Was spricht dich am Growth Mindset an? ● Was wird für dich durch einen Growth Mindset möglich? ● Welche eine Intention magst du dir setzen, um einen Growth Mindset zu kultivieren? (→ konkretes Verhalten beschreiben) ● Wie würde Unterstützung durch Kollegen, die Führungskraft oder einen Sparringspartner aussehen?	Austausch in der Gruppe Ab 8 Teilnehmenden eignet sich die 1-2-4-all Methode: (Link: https://liberatingstructures.de/liberating-structures-menue/1-2-4-all/)	45 min

"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"