

Growth Mindset A Framework for Success in Life and Work

Jakkrapong Wannakhan¹ and Wiyada Wannakhan^{1*}

¹Pitchayabundit College, Thailand

*Corresponding author: wiyardawannakhan@gmail.com

ABSTRACT

This academic article aims to present the Growth Mindset concept, a significant psychological theory in both domestic and international educational contexts, explaining the notion that human capabilities can be developed and grown through effort, learning, and determination. The research analyzes the key components of Growth Mindset, including viewing failures as learning opportunities, believing in developable potential, and accepting criticism. The study findings reveal that individuals with a Growth Mindset are flexible, courageous in facing challenges, and capable of adapting effectively, especially in collaborative work contexts and continuous self-development. The article highlights that Growth Mindset is a crucial key to success in the 21st century, which demands personnel who learn and adapt continuously without pause.

Keywords: Growth Mindset, Self-Development, Capability, Learning

กรอบความคิดแบบเติบโตสู่ความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน

จักรพงษ์ วรรณพันธ์¹ และ วียดา วรรณพันธ์^{1*}

¹วิทยาลัยพณิชยบัณฑิต ประเทศไทย

*Corresponding author: wiyadawannakhan@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งนำเสนอแนวคิด Growth Mindset ซึ่งเป็นทฤษฎีสำคัญทางจิตวิทยาการศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศโดยอธิบายถึงมโนทัศน์ที่ว่าความสามารถของมนุษย์สามารถพัฒนาและเติบโตได้ด้วยความพยายาม การเรียนรู้ และความมุ่งมั่น งานวิจัยนี้วิเคราะห์องค์ประกอบสำคัญของ Growth Mindset ประกอบด้วย การมองความล้มเหลวเป็นโอกาสเรียนรู้ ความเชื่อในศักยภาพที่พัฒนาได้ และการยอมรับคำวิจารณ์ ผลการศึกษาพบว่า บุคคลที่มี Growth Mindset จะมีความยืดหยุ่น กล้าเผชิญความท้าทาย และสามารถปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในบริบทการทำงานร่วมกับผู้อื่นและการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง บทความนี้ชี้ให้เห็นว่า Growth Mindset เป็นกุญแจสู่ความสำเร็จในศตวรรษที่ 21 ที่ต้องการบุคลากรที่มีการเรียนรู้และปรับตัวอย่างไม่หยุดนิ่ง

คำสำคัญ: กรอบความคิดแบบเติบโต, การพัฒนาตนเอง, ความสามารถ, การเรียนรู้

© 2024 JISSD: Journal of Integration Social Sciences and Development

บทนำ

การพัฒนาศักยภาพมนุษย์เป็นประเด็นที่นักคิด นักการศึกษา และนักจิตวิทยาให้ความสนใจอย่างต่อเนื่อง แนวคิด Growth Mindset ที่นำเสนอโดย ดร.แคโรล ดเวค จากมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ได้สร้างกระบวนทัศน์ใหม่ในการทำความเข้าใจความสามารถของมนุษย์ โดยท้าทายแนวคิดดั้งเดิมที่เชื่อว่าความสามารถเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด มนุษย์สามารถพัฒนาสมองและความสามารถได้อย่างไม่มีขีดจำกัด หากมีความเชื่อที่ถูกต้องและความมุ่งมั่นพยายาม Dweck, C. S. (2006) แนวคิดนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Duckworth, A. L. (2016) ที่ค้นพบว่า "Grit" หรือความอดทนมุ่งมั่นมีความสำคัญยิ่งกว่าพรสวรรค์ในการบรรลุความสำเร็จ

ในบริบทสังคมไทย ประเวศ วะสี (2545) ได้ผลักดันแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของ Growth Mindset โดยเน้นย้ำถึงความสำคัญของการเปิดใจรับประสบการณ์ใหม่และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องขณะทีวิจารณ์ พานิช (2552) ได้ขยายแนวคิดสู่การสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาทั้งปัจเจกบุคคลและองค์กร Gladwell, M. (2008) นักเขียนและนักวิเคราะห์ชาวแคนาดา ได้นำเสนอทฤษฎี 10,000 ชั่วโมง ที่ชี้ให้เห็นว่าความเป็นผู้เชี่ยวชาญเกิดจากการฝึกฝนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง มิใช่เพียงพรสวรรค์แต่กำเนิด แนวคิดนี้เป็นการสนับสนุนหลักการของ Growth Mindset อย่างชัดเจน ซึ่งบทความนี้มุ่งนำเสนอกรอบความคิดแบบเติบโตสู่ความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

แนวคิดเกี่ยวกับ Growth Mindset

มีนักวิชาการทั้งในประเทศและต่างประเทศได้กล่าวถึง Growth Mindset ไว้อย่างน่าสนใจ ผู้เขียนจะนำเสนอไปตามลำดับเพื่อให้เกิดความชัดเจนมากยิ่งขึ้นดังนี้

แนวคิดของ Dweck, C. S. (2006) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน จากมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ได้ทำการศึกษาวิจัยเป็นเวลา กว่า 30 ปี เกี่ยวกับพฤติกรรม และความเชื่อของมนุษย์ ที่มีผลต่อความสำเร็จ มีหลักการสำคัญ คือ Two Mindsets

1. Fixed Mindset (กรอบความคิดแบบตายตัว)

1.1 เชื่อว่าความสามารถและสติปัญญาเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด

- 1.2 มองว่าความสำเร็จขึ้นอยู่กับพรสวรรค์
- 1.3 หลีกเลี่ยงความท้าทาย เกรงว่าจะล้มเหลว
- 1.4 มองความผิดพลาดเป็นการพิสูจน์ความสามารถ
- 1.5 พยายามพิสูจน์ตัวเองมากกว่าพัฒนาตัวเอง
2. Growth Mindset (กรอบความคิดแบบเติบโต)
 - 2.1 เชื่อว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้ผ่านความพยายาม
 - 2.2 มองความท้าทายเป็นโอกาสในการเรียนรู้
 - 2.3 เห็นความผิดพลาดเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนา
 - 2.4 มุ่งเน้นกระบวนการเรียนรู้มากกว่าผลลัพธ์สุดท้าย
 - 2.5 พร้อมรับฟังคำวิจารณ์เพื่อการปรับปรุงตนเอง

Dweck, C. S. (2006) อธิบายว่า Growth Mindset เชื่อมโยงกับ Neuroplasticity คือ

- 1) สมองสามารถสร้างเส้นประสาทใหม่ได้ตลอดเวลา
- 2) การฝึกฝนสามารถเปลี่ยนแปลงโครงสร้างสมอง
- 3) ความพยายามทำให้สมองมีการเชื่อมต่อประสาทเพิ่มขึ้น

ผลกระทบในบริบทต่าง ๆ ในด้านการศึกษา นักเรียนที่มี Growth Mindset มีแนวโน้มประสบความสำเร็จมากกว่าให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้มากกว่าคะแนน มีความอดทนและพยายามมากขึ้นเมื่อพบอุปสรรค ในส่วนของการทำงาน พนักงานมีความคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรมสูง กล้าเผชิญความท้าทายใหม่ ๆ มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ในด้านความสัมพันธ์ ยอมรับความแตกต่างของผู้อื่น มีทัศนคติเชิงบวกในการแก้ปัญหา พร้อมให้โอกาสและสนับสนุนผู้อื่นในการพัฒนา สรุป Growth Mindset คือปรัชญาชีวิตที่เชื่อในศักยภาพมนุษย์ว่าสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างไร้ขีดจำกัด ผ่านความพยายาม การเรียนรู้ และทัศนคติเชิงบวกความแตกต่างหลักระหว่าง Fixed Mindset กับ Growth Mindset อยู่ที่ "ความเชื่อ" ซึ่งจะส่งผลต่อ "พฤติกรรม" และ "ความสำเร็จ" ในที่สุด

Duckworth, A. L. (2016) เป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ศาสตราจารย์จากมหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนีย ผู้มีชื่อเสียงจากการศึกษาเรื่อง "Grit" หรือความเพียรพยายาม มีแนวคิดดังนี้

ความหมายของ Grit พลังแห่งความมุ่งมั่นและความอดทนในระยะยาว ความสามารถในการยืนหยัดและดำเนินการต่อไปแม้เผชิญอุปสรรค และการมุ่งสู่เป้าหมายระยะยาวด้วยความตั้งใจอย่างแน่วแน่ โดยมีองค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

1. ความหนักแน่นทางอารมณ์
2. ความสามารถในการควบคุมตนเอง
3. การมีเป้าหมายที่ชัดเจนและยาวนาน
4. ความอดทนต่อความล้มเหลว
5. การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

งานวิจัยการศึกษาในบริบทต่าง ๆ โรงเรียนทหาร (West Point) สนามสอบชิงรางวัล Spelling Bee โรงเรียนมัธยมศึกษา การประสบความสำเร็จในอาชีพต่าง ๆ ข้อค้นพบหลัก Grit มีความสำคัญมากกว่าพรสวรรค์หรือระดับ IQ บุคคลที่ประสบความสำเร็จไม่ใช่เพียงแค่คนฉลาด แต่เป็นคนที่มีความมุ่งมั่น ความสำเร็จเกิดจากความพยายามอย่างต่อเนื่องมากกว่าความสามารถพิเศษ

เครื่องมือวัด Grit พัฒนาแบบทดสอบ Grit Scale เพื่อวัดระดับความเพียรพยายาม ประกอบด้วยคำถามที่ประเมิน: 1) ความสามารถในการบรรลุเป้าหมายระยะยาว 2) ความสม่ำเสมอในความสนใจและความพยายาม 3) ความอดทนต่อความท้าทาย

การประยุกต์ใช้แนวคิด Grit ในการศึกษา 1) สร้างแรงจูงใจให้นักเรียนมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย 2) พัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง 3) ส่งเสริมการเรียนรู้จากความล้มเหลว ส่วนในการทำงาน 1) คัดเลือกบุคลากรที่มีความมุ่งมั่น 2) พัฒनावัฒนธรรมองค์กรที่ให้คุณค่ากับความพยายาม 3) สร้างระบบสนับสนุนการเติบโตอย่างต่อเนื่อง

สรุป Grit คือพลังขับเคลื่อนความสำเร็จที่แท้จริง เป็นความสามารถในการยืนหยัดและมุ่งมั่นต่อเป้าหมายแม้เผชิญอุปสรรค ไม่ใช่เพียงแค่ความสามารถหรือพรสวรรค์ โดยได้เน้นย้ำความสำเร็จไม่ได้ขึ้นอยู่กับความฉลาดเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับความสามารถในการฝ่าอุปสรรคและความมุ่งมั่นอย่างต่อเนื่อง

Malcolm Gladwell (2008) นักเขียนชาวแคนาดา นักวิเคราะห์และนักหนังสือพิมพ์ที่มีชื่อเสียงจากการเขียนหนังสือเชิงวิชาการและสังคมวิทยา ซึ่งตีพิมพ์โดย The New Yorker และเป็นนักเขียนหนังสือขายดีหลายเล่ม แนวคิดหลัก: ทฤษฎี 10,000 ชั่วโมง หนังสือ "Outliers: The Story of Success" ได้นำเสนอแนวคิดสำคัญว่า ความเป็นผู้เชี่ยวชาญเกิดจาก 1) การฝึกฝนอย่างเข้มข้นประมาณ 10,000 ชั่วโมง 2) โอกาสและบริบทแวดล้อมที่เอื้ออำนวย 3) การสะสมประสบการณ์อย่างเป็นระบบองค์ประกอบความสำเร็จ

1. การฝึกฝนอย่างเข้มข้น ความชำนาญเกิดจากการทุ่มเทเวลาฝึกฝน คุณภาพของการฝึกมีความสำคัญมากกว่าปริมาณการฝึกที่มีโครงสร้างและมีเป้าหมายชัดเจน
2. โอกาสทางประวัติศาสตร์และสังคม ความสำเร็จไม่ได้เกิดจากปัจเจกบุคคลเพียงอย่างเดียว บริบททางสังคม เศรษฐกิจ และประวัติศาสตร์มีอิทธิพล การได้รับโอกาสที่ถูกต้องในเวลาที่เหมาะสม
3. วัฒนธรรมและพื้นเพ พื้นฐานทางวัฒนธรรมมีผลต่อความสำเร็จ การถ่ายทอดค่านิยมและวิถีคิดจากครอบครัวและสังคม ความได้เปรียบที่สั่งสมมาอย่างต่อเนื่อง

สรุป แนวคิดนี้สนับสนุนหลักการของ Growth Mindset อย่างชัดเจน โดยเน้นย้ำว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้ด้วยความพยายามและการเรียนรู้ และพบว่าองค์ประกอบแห่งความสำเร็จได้แก่ 1) การฝึกฝนอย่างเข้มข้นและต่อเนื่อง 2) โอกาสทางสังคมและประวัติศาสตร์ 3) ความมุ่งมั่นทุ่มเทอย่างสม่ำเสมอ

ประเวศ วะสี (2545) ได้ให้แนวคิดที่มุ่งเน้นการพัฒนามนุษย์องค์รวม ด้วยแนวคิดหลักด้านการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง ซึ่งประกอบด้วย

1. การเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยมีความเชื่อว่ามนุษย์สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง การเรียนรู้ไม่มีข้อจำกัดด้านอายุหรือสถานะ และให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้มากกว่าผลลัพธ์
2. การพัฒนาองค์รวม โดยมองมนุษย์ในมิติที่หลากหลาย กาย ใจ ปัญญา และจิตวิญญาณ การพัฒนาต้องครอบคลุมทุกมิติของชีวิตและเน้นเชื่อมโยงระหว่างปัจเจกบุคคลและสังคม

แนวคิดสำคัญการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง การเรียนรู้คือเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาตนเองและสังคมสนับสนุนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ส่งเสริมให้บุคคลตระหนักถึงศักยภาพของตนเองการสร้างสังคมแห่งปัญญา มุ่งเน้นการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ สนับสนุนการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ ให้ความสำคัญกับภูมิปัญญาท้องถิ่นและความรู้สากล

บทบาทในการพัฒนาประเทศด้านการศึกษา เสนอแนวทางปฏิรูปการศึกษาแบบองค์รวม สนับสนุนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ส่งเสริมกระบวนการคิดและการเรียนรู้ด้วยตนเอง ด้านสาธารณสุข พัฒนาแนวคิดการแพทย์แบบองค์รวม เชื่อมโยงสุขภาพกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมสนับสนุนการดูแลสุขภาพแบบป้องกันและเสริมสร้าง หลักปรัชญาสำคัญ ความเป็นมนุษย์ เชื้อในศักยภาพการพัฒนาตนเองของมนุษย์ ให้ความสำคัญกับคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์สนับสนุนการพัฒนาอย่างมีจริยธรรมและคุณธรรม

สรุปได้ว่า การพัฒนามนุษย์เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องและองค์รวม การเรียนรู้คือกุญแจสำคัญในการพัฒนาตนเองและสังคม โดยเชื่อมั่นว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพในการเติบโตและพัฒนาตนเองได้อย่างไร้ขีดจำกัด แนวคิดนี้สอดคล้องอย่างยิ่งกับหลักการของ Growth Mindset ที่เชื่อว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้ผ่านความพยายาม การเรียนรู้ และการมองโลกในแง่บวก

วิจารณ์ พานิช (2556) ได้นำ Growth Mindset หรือกรอบความคิดแบบเติบโตมาเป็นแนวคิดที่ได้นำมาประยุกต์ใช้ในช่วงการศึกษาของไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโครงการพัฒนาครูและโรงเรียนเพื่อยกระดับคุณภาพการศึกษาอย่างต่อเนื่อง (TSQP) ด้วยความเชื่อที่ว่าความสามารถของคนเราสามารถพัฒนาได้ ไม่ว่าจะเป็นความฉลาด ทักษะ หรือความสามารถต่าง ๆ ต่างก็สามารถพัฒนาได้ผ่านการเรียนรู้ การฝึกฝน และความพยายาม การมองปัญหาเป็นโอกาสแทนที่จะยอมแพ้เมื่อเจออุปสรรค คนที่มี Growth Mindset จะมองว่าเป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง การให้ความสำคัญกับกระบวนการมากกว่าผลลัพธ์ เน้นการเรียนรู้จากความผิดพลาด และมองว่าความสำเร็จเป็นผลมาจากความพยายามอย่างต่อเนื่อง Growth Mindset มี

ความสำคัญในการสร้างแรงบันดาลใจ เมื่อเชื่อว่าตัวเองสามารถพัฒนาได้ จะทำให้มีแรงบันดาลใจที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเอง อยู่เสมอ เพิ่มความมั่นใจการเผชิญหน้ากับความท้าทายและสามารถเอาชนะได้ จะช่วยเพิ่มความมั่นใจในตนเองส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต คนที่มี Growth Mindset จะเปิดรับการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อยู่เสมอ ลดความเครียดเมื่อไม่กังวลเรื่องความสามารถที่จำกัด จะทำให้ลดความเครียดและความกดดันได้ ในส่วนของการนำมาใช้ในการศึกษา เป็นการเปลี่ยนแปลงวิธีคิดของครู การส่งเสริมให้ครูเชื่อว่านักเรียน ทุกคนสามารถพัฒนาได้ และมีบทบาทสำคัญในการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการเติบโตของนักเรียน การปรับเปลี่ยนวิธีการสอนเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การแก้ปัญหา และการคิดวิเคราะห์ แทนการเรียนรู้แบบท่องจำ การสร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้: สร้างบรรยากาศในโรงเรียนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ลองผิดลองถูก และให้กำลังใจเมื่อเผชิญกับความยากลำบาก ในส่วนของผลกระทบของ Growth Mindset ในวงการศึกษานักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้มากขึ้น: เมื่อเชื่อว่าตัวเองสามารถทำได้ นักเรียนจะกล้าที่จะถามคำถามและแสดงความคิดเห็น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและการแก้ปัญหา ทำให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นพัฒนานักเรียนให้เป็นผู้เรียนตลอดชีวิต เมื่อนักเรียนมี Growth Mindset จะมีความอยากรู้อยากเห็น และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ตลอดไป

ประโยชน์ของ Growth Mindset

1. เพิ่มพูนความมั่นใจเมื่อเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง จะส่งผลให้มีความมั่นใจในการเผชิญหน้ากับความท้าทายใหม่ ๆ
2. ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตผู้ที่มี Growth Mindset จะมีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อยู่เสมอ
3. เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานการมองปัญหาเป็นโอกาสและความสามารถในการปรับตัว จะช่วยให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและสร้างสรรค์มากขึ้น
4. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีการมีทัศนคติที่เปิดรับและความเข้าใจผู้อื่น จะช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้
5. บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้การมีความอดทนและมุ่งมั่น จะช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้อย่างสำเร็จ

Growth Mindset เป็นแนวคิดที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในทุกด้านของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการเรียน การทำงาน หรือ ความสัมพันธ์ การพัฒนา Growth Mindset จะช่วยให้เราสามารถปลดล็อกศักยภาพของตนเอง และบรรลุความสำเร็จในชีวิตได้อย่างเต็มที่เปรียบเทียบ Growth Mindset กับ Fixed Mindset: ความแตกต่างและผลกระทบ Growth Mindset และ Fixed Mindset เป็นสองแนวคิดที่อธิบายถึงวิธีคิดที่แตกต่างกันของคนเรา ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมและความสำเร็จในชีวิตอย่างมาก แนวคิดดังกล่าวสามารถแสดงได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ความแตกต่างและผลกระทบ Growth Mindset และ Fixed Mindset

Growth Mindset (กรอบความคิดแบบเติบโต)	Fixed Mindset (กรอบความคิดแบบคงที่)
ความเชื่อ : เชื่อว่าความสามารถของคนเราสามารถพัฒนาได้ผ่านการเรียนรู้และฝึกฝน	ความเชื่อ : เชื่อว่าความสามารถของคนเราเป็นสิ่งที่กำหนดมาแต่เกิดและไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้
ทัศนคติ: มองปัญหาเป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้และเติบโต	ทัศนคติ : กลัวความล้มเหลวและหลีกเลี่ยงความ ท้าทาย
เป้าหมาย: เน้นการพัฒนาตนเองและการเรียนรู้	เป้าหมาย: เน้นการพิสูจน์ตัวเองและได้รับการยอมรับ
ความพยายาม: ยินดีที่จะลงมือทำและพยายามอย่างต่อเนื่อง	ความพยายาม : ไม่ค่อยเต็มใจที่จะลงมือทำเมื่อเผชิญกับความยากลำบาก
ความผิดพลาด: มองว่าความผิดพลาดเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้	ความผิดพลาด: มองว่าความผิดพลาดเป็นการสะท้อนถึงความสามารถที่จำกัดของตนเอง

ผลกระทบของ Growth Mindset และ Fixed Mindset นั้น Growth Mindset: ส่งผลให้บุคคลมีความมั่นใจในตนเองสูง มีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้ มีความยืดหยุ่นในการปรับตัว และประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างมาก ส่วน Fixed Mindset: ส่งผลให้บุคคลขาดความมั่นใจ กลัวความล้มเหลว และมีแนวโน้มที่จะยอมแพ้ง่าย เมื่อเผชิญกับความยากลำบาก

วิธีพัฒนา Growth Mindset ตระหนักถึงความคิดของตนเอง: สังเกตว่าเรามีแนวโน้มที่จะคิดแบบไหนเปลี่ยนแปลงภาษาที่ใช้: ใช้คำพูดที่บ่งบอกถึงการพัฒนาและการเติบโตตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย: ก้าวออกจาก Comfort Zone เพื่อพัฒนาตนเองเรียนรู้จากความผิดพลาด: มองว่าความผิดพลาดเป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้ให้กำลังใจตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถของตนเองตัวอย่างในชีวิตประจำวัน นักเรียนที่มี Growth Mindset จะมีความมั่นใจในการเรียนรู้วิชาใหม่ ๆ แม้ว่าจะรู้สึกยากในตอนแรก พนักงานที่มี Growth Mindset จะเปิดรับความคิดเห็นและพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อพัฒนาตนเองผู้ประกอบการที่มี Growth Mindset จะกล้าที่จะลองทำสิ่งใหม่ ๆ และไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

บทสรุป

Growth Mindset พลังแห่งการเติบโตทางความคิดและศักยภาพ เป็นแนวคิดสำคัญทางจิตวิทยาการศึกษาที่พัฒนาโดย Carol Dweck ซึ่งนำเสนอมุมมองใหม่เกี่ยวกับความสามารถของมนุษย์ว่าไม่ได้เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด หากแต่สามารถพัฒนาและเติบโตได้ด้วยความมุ่งมั่น การเรียนรู้ และความพยายาม บุคคลที่มี Growth Mindset จะมีลักษณะสำคัญ คือ การมองความล้มเหลวเป็นโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และเชื่อมั่นว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้ด้วยการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลอย่างยิ่งต่อความก้าวหน้าในหน้าที่การงานและการทำงานร่วมกับผู้อื่นในบริบทการทำงานจะช่วยสร้างศักยภาพที่โดดเด่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง การเปิดรับความคิดใหม่ ๆ และการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ มีความยืดหยุ่น กล้าเผชิญความท้าทาย และมุ่งมั่นพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่องความสำเร็จของการมีปรากฏชัดในการทำงานร่วมกับผู้อื่น บุคคลเหล่านี้จะเป็นผู้ที่รับฟังความคิดเห็น ยอมรับคำวิจารณ์ และนำข้อเสนอแนะมาพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เป็นที่ยอมรับในทีมและองค์กร และมีโอกาสเติบโตในหน้าที่การงานอย่างก้าวกระโดด การปลูกฝัง Growth Mindset จึงเป็นกุญแจสำคัญสู่ความสำเร็จในศตวรรษที่ 21 ที่ต้องการบุคลากรที่มีความยืดหยุ่น เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และพร้อมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ด้วยการเชื่อว่าความสามารถไม่มีขีดจำกัด และทุกคนสามารถพัฒนาตนเองได้ หากมีความมุ่งมั่นและวินัย Growth Mindset มีใช้เพียงแค่แนวคิด หากแต่เป็นวิถีชีวิตแห่งการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ผู้ที่ยึดมั่นในแนวคิดนี้ย่อมเป็นผู้ที่มีศักยภาพ ประสบความสำเร็จ และสามารถสร้างคุณค่าให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- ประเวศ วะสี. (2545). กระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนามนุษย์. กรุงเทพฯ: สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ.
- ปัทมา ลีสวัสดิ์ตระกูล. (2560). การพัฒนาศักยภาพมนุษย์ในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิจารณ์ พานิช. (2552). การจัดการความรู้: พื้นฐานและการประยุกต์ใช้. กรุงเทพฯ: สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม.
- _____. (2555). การพัฒนา Mindset ครู. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- _____. (2556). จาก Passive Learning ไปสู่ Active Learning. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- Duckworth, A. L. (2016). Grit: The power of passion and perseverance. New York: Scribner.
- Dweck, C. S. (2006). Mindset: The New Psychology of Success. New York: Random House.
- Gladwell, M. (2008). Outliers: The story of success. New York: Little Brown & Co Inc.