

6.Kapitulua: Feedback on baterako arauak eta adibideak

FEEDBACK-AREN ROLA

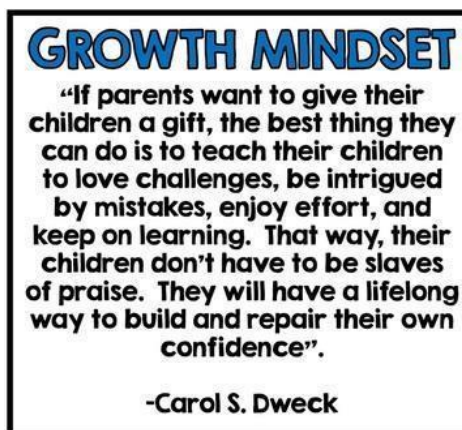
Guraso guztiek nahi dute seme-alabek amore ez ematea eskolako eta bizitzako erronka zailei aurre egin behar dietenean. Bestela esanda, gurasoek nahi dute beren seme-alabek hazkunde-mentalitatea izatea erronkei aurre egin behar dietenean. Nerabeak motibatzea eta animatzea ez da lan erraza. Nerabeak errusiar mendi emozional batetik igarotzen dira. Ez daude helduen aholkuak kritikarik gabe entzuteko prest, batez ere aholkuak kritikoegiak eta zuzenegiak badira.

Hazkuntza-pentsamoldearen arloko ikertzaileek arreta berezia jartzen dute trebetasun berrien garapena sustatzen duen eta konpromiso-maila handia mantentzen duen atzeraelikaduran.

GURASOEN PENTSAMENDUA , HAURREN PENTSAMENDUA

Benetan uste duzu trebetasunak, nortasuna eta talentua ezin dituzula ukitu? Gogoratzen duzu zenbat saiatu zinen fisika eta kimika ikasten eta ez zizun funtzionatu? Zure semeak antzeko arazoak dituenan, zure ezaugarrietako batzuk heredatu dituela esan nahi du, ezta?

Hori azalpen posible bat da. Fisikarekiko eta kimikarekiko zure jarrerak ikasi eta kopiatu zituela ere esan dezakegu. Ezin dugula ezer egin uste badugu, ez dugu ezer egingo. Haurren jarrerak eta portaerak gurasoen hitzek moldatzen eta indartzen dituzte.



Zein maiztasunez erabiltzen dituzu honako baieztapen hauek nerabeei feedback-a ematen diezunean?

- Oso argia zara!
- Hau zailegia da. Ulertzen dut zure mina.
- Erraza da berarentzat. Hain da azkarra!
- Marrazketarako benetako talentua du. Ederra ematen du!
- Oso gogorra izan da. Pozten naiz bukatu duzulako eta berriz egin behar ez duzulako.
- Ez da hain zaila. Berehala konpondu beharko zenuke lan hori.

Arestian aipatutako esaldi guztiek komunikazio-mentalitate finko baten elementuak dituzte. Lehen begiratuan motibatzaileak eta lasaigarriak diruditen arren, tranpa bat dago. Mezu ezkutatu bat daramate: "Ez da beharrezkoa ahalegin gehigarriak egitea zure helburua lortu nahi baduzu". Mezu horiek sistematikoki errepikatzen badira, gurasoek pixka bat laguntzen dute haurren pentsamolde finkoaren ikuspegian.

Haurrei (batez ere txikienei) oso ondo ematen zaie kopiatzea eta itsastea. Gurasoengandik zerbait entzuten dutenean, mezua barneratzen dute. Pentsa ezazu aitarengan, honako esaldi hauek erabiltzen baititu:

- *Ez, ez. Ez dut dantzatuko. Ez dut talenturik horretarako.*
- *Zergatik ikasi beharko nuke sukaldean? Askoz errazagoa da Internetez janaria eskatzea.*
- *Enpresak formaziora bidali ninduen, baina uko egin nion. Zaharregia naiz horretarako.*

Hizkuntza jarrera bihurtzen da, jarrerak sinesmen eta egiarekiko sinesmen. Jokabide eredu ona izan nahi badugu, gure hitz egiteko modua kontuan hartu beharko genuke, ez bakarrik hurrekin, baita gure artean ere.

Eguneroko elkarrizketak aldatzeko ahalegina egitea beste aukera bat da gurasoentzat. Zenbat aldiz hasten gara ikastetxeko egunari buruzko komunikazioa horrela egiten?

Aita: "Zer moduz eskolako eguna?"

Alaba: "Ondo joan da, aita".

Horren orde, esaldi hauetako batekin proba dezakezu:

- *"Zer ikasi duzu gaur?"*
- *"Zertan saiatu zara gaur?"*
- *"Zerbait guztiz berria probatu duzu gaur?"*
- *"Akatsik egin al duzu gaur? Zeintzuk izan dira? "*
- *"Bihar beste zerbait egingo duzu? Zer? "*
- *"Ba al da onena izatea gustatuko litzaizukeen zerbait? Zer egin zenezake hori lortzeko? "*



FEEDBACKA BAIEZTATU

Guraso askorentzat, errazagoa da komunikazio-ereduak aldatzea, sinesmenak aldatzea baino. Atzeraelikadura-teknikak dira hazkunde-mentalitatearen gai nagusia. Ez da ahalegin handirik behar horietako batzuk menderatzeko. Hona hemen atzeraelikadura eraginkorrerako arau batzuk:

- Ahal bada, hasi positibotik. Gerora entzuteko desioan eragin positiboa du.
- Zentratu prozesuan, ez emaitzan bakarrik ("bikain, ikasgelako emaitzarik onena lortu duzu. Hori benetan berezia da ". "Bikain, ikasgelako emaitzarik onena lortu duzu. Konturatu naiz ahalegin handia egin duzula horretan. Ongi egina ").
- Laudorio bat ematean, arreta jarri ahaleginean, ez talentuan ("sarritan jokatu duzu. Beti jakin izan dut talentu handia duzula saskibaloian ". "Zer partida egin duzun gaur. Oso harro sentitu naiz zure borroka espirituaz zure taldea aurkariaren atzetik zihoanean ").
- Jarri arreta alda daitezkeen gauzetan, ez konpontzen direnetan ("uste dut zure idazketa zoragarria dela. Ez dakit zergatik ez duten irakasleek onartu ". "Zure idazketa oso logikoa eta indartsua da argudioetan. Egitura koherenteago batekin are gehiago hobetu dezakezula uste dut ").

Nahiz eta gure nerabeak benetan adimentsuak izan eta talentua izan, ez da txarra ahaleginean eta hobetzen jarraitzea. Gauzak egitean poztasun handiagoa aurkituko dute (prozesua emaitza baino askoz aberasgarriagoa da). Eskola-jarduera gogorrenak ere atseginagoak eta erakargarriagoak izango dira haientzat. Denborarekin, "Nik ahal dut" jarrera garatzen da eta ikasleak irekiago bihurtzen dira erronka zorrotzei aurre egiten dietenean.

Ariketa praktikoa:

1. Aukeratu edozein egun eta idatzi zure seme-alabei egindako laudorio eta kritika guztiak.
2. Egunaren amaieran, azter itzazu. Negatiboan edo positiboan zentratu zara? Ahaleginean edo talentuan eta trebetasunetan zentratu zinen?
3. Galdetu zure seme-alabei nola sentitu ziren iruzkin mota batzuk jaso zituztenean. Prest al zeuden energia gehiago inbertitzeko eta gehiago ahalegintzeko, edo saiatzen al dira beren irudi eta ospe soziala mantentzen?
4. Saiatu zure esaldiak hazteko mentalitate-hizkuntzan birformulatzen. Izan naturala, nerabeak eszeptiko ager baitaitezke zure komunikazioa artifiziala bihurtzen bada.

To Help Develop a Growth Mindset In Your Child...	
Say This!	Not That!
"Wow! You really worked hard on this!"	"Look at how smart you are!"
"Why don't we try a different strategy?"	"Maybe you're just not very good at this. Let's do somethin else."
"I had fun watching you do that activity."	"Man, you're a real natural at this!"
"I know this is easy for you, but let's try something more challenging to help grow you brain!"	"You got that done so quickly! Great job!"
"I see you're having a hard time with this. You didn't get it the first try, so why don't we use a different strategy?"	"Nope! That's wrong! Try harder. Maybe if you paid more attention in class and tried harder, you'd get this."
"I know this was difficult, but your hard work paid off. Next time, we're ready for a real challenge!"	"That was way too hard. I'm glad it's over with. I hope we never have to do that again!"

Idea for Poster Came From www.mindsetworks.com

Batzuetan zailagoa da erantzun egokia ematea. Haur bakoitza desberdina den arren, badaude funtzionatu ohi duten jarraibide orokor batzuk. Nola erantzungo zenieke naturalki egoera hauei?

- Haurra ahalegindu zen, baina ez zuen aurrera egin ikaskuntzan.
- Umeak emaitza ona lortu zuen errazegia zen zereginean.

Orain konparatu zure erantzunak:

- Haurra pixka bat saiatu zen, baina ez zuen ikaskuntzan aurrera egin. Inbertitutako energia ezagutzea. Lagun iezaiozu estrategien eraginkortasuna (in) ikusten, eta bultza ezazu zerbait berria probatzera. Adibidez: "Zoragarria da hain lan zaila egiten ikustea. Hainbat gauza probatu dituzu, baina denak ez dabilta. Zer beste estrategia proba zenitzake? "
- Umeak emaitza ona lortu zuen errazegia zen zereginean. Gure laudorioek sustatu nahi dugun zatia aitortu behar dute, eta, aldi berean, ahalegin eraginkorrera bideratzen dute beren energia. Lanean eman duten denbora ezagut genezake. Hala ere, azpimarratu nahi dugu ikaskuntza erronka diren zereginetan lan egiten dugunean bakarrik gertatzen dela.



Denoi gustatzen zaizkigu istorio arrakastatsuak. Komunikabide guztiak arrakasta izan duten pertsonen istorioz beteta daude. Gurasoek naturalki onartzen dute pertsona horiek hurrek nahi dituzten idoloak direla. Normalean ez dutena entzuten kirolariak, abeslariak, zine izarrek, enpresariak eta arrakasta izan zuten zientzialariak inbertitu behar izan zuten lan gogorra da. Ez dituzte ezagutzen handitasuna lortzeko jendeak gainditu behar izan zituen akatsak, arbuioak eta porrotak. Batzuetan, arrakastaren mitoa apurtzen laguntzen du, zerbait lineala eta aurrera begira soilik.

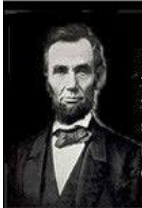
GROWTH MINDSET FÜR TEENAGER

Fixed Mindset	Growth Mindset
Fähigkeiten, Talente und Intelligenz sind angeboren.	Fähigkeiten, Talente und Intelligenz können durch Anstrengung entwickelt werden.
Ich werde das nie schaffen und gebe besser auf.	Ich bleibe dran. Aus meinen Fehlern kann ich lernen.
Er/Sie ist ein/e viel bessere/r Sportler/in. Er/Sie hat einfach Talent.	Es liegt an mir, wie weit ich es schaffe.
Ich habe den Job nicht bekommen. Ich bin wohl nicht gut genug für die Stelle.	Ich sammle Erfahrungen. Es geht nicht immer schief.
Ich bin ein Versager. Ich bekomme nichts auf die Reihe.	Ich mache nicht nur Fehler.
Die anderen Kinder mögen mich nicht.	Es ist mir egal, was andere über mich denken.
Das ist zu schwer und die Mühe lohnt sich nicht.	Ich weiß, dass es nicht leicht ist. Aber ich kann etwas dabei lernen.

- Partekatu zure esperientzia pertsonalak. Azaldu zer izan zen gogorra zuretzat eta zentratu nola zutitu zinen eta nola jarraitu zenuen zure bidea.
- Galdetu zure seme nerabeari zein den jarraitu beharreko eredia. Bilatu Googlen bere historia pertsonala. Jakin ezazu ea akats eta porrot batzuk izan ziren eta famatuek gainditu behar izan zituzten. Hurrekin hitz egin.

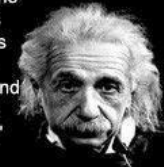

FAMOUS FAILURES

www.TheQuotes.Net




Failed in business three times and failed campaigning seven times prior to becoming President of the United States

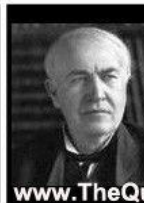
He did not speak until he was four years old. His parents thought he was "sub-normal." He was expelled from school and his teachers described him as "mentally slow,"

Michael Jordan was cut from his high school basketball team for a "lack of skill."



Bill Gates was a Harvard University dropout and his first business, Traf-O-Data, was a failure.




Thomas Edison's teachers told him he was "too stupid to learn anything."

www.TheQuotes.Net



At 30 years old he was left devastated and depressed after being unceremoniously removed from the company he started.


She had a rough and abusive childhood and was fired from her job as a reporter because she was "unfit for TV."



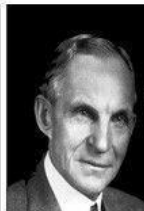
Rejected by Decca Recording studios, who said "we don't like their sound" "They have no future in show business"



Marilyn Monroe was dropped by 20th Century-Fox after one year because her producer told that she wasn't pretty or talented enough to be an actress.




Fired from a newspaper for "lacking imagination" and having "no original ideas".



Henry Ford was a failure at three businesses before finally succeeding with Ford Motor Company at age 53.




Colonel Hardland David Sanders (KFC) couldn't sell his chicken. More than 1,000 restaurants rejected him.

Stephen King's first book, Carrie was rejected 30 times. He proceeded to throw it in the trash.




Soichiro Honda was passed over for an engineering job at Toyota and left unemployed.



www.TheQuotes.Net

J.K. Rowling was unemployed, divorced and raising a daughter on social security while writing the first Harry Potter novel. Her novel "Harry Potter" was rejected by 12 publishing houses.





This project has been funded with support from the European Commission. This document reflects the views only of the project partners, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



**Co-funded by
the European Union**



Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).