



KOÇ OKULU
İLK · ORTA · LİSE



Gelişen

Zihnin

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü
Koç Okulu, Ortaokul





“Zekânın değişebilir olduğunu bilmek, öğrenme biçimimizi ve hayata yaklaşımımızı değiştirir.”

Prof. Dr. Carol Dweck

Carol Dweck’in öğrencilerle yürüttüğü deneylerde;

- Gelişen zihniyete sahip öğrenciler, başarısızlık durumunda daha uzun süre çalışmaya devam etmiş,
- Beyin görüntüleme çalışmaları ise bu öğrencilerin hata anında daha fazla beyin aktivitesi gösterdiğini ortaya koymuştur (Moser et al., 2011).
- Bu, “başarı = zeka” yerine “başarı = süreç + çaba + strateji” yaklaşımını benimseyen öğrencilerin nörolojik olarak da daha esnek bir öğrenme sistemine sahip olduğunu göstermektedir.

Gelişen Zihinlerde :

Hata = Fırsat: Onlar için hata, beynin "uyarı! buraya dikkat et ve stratejini değiştir" sinyalini daha güçlü bir şekilde vermesine neden olan bir öğrenme fırsattır.

Daha Yoğun İşleme: Hata anında artan beyin aktivitesi, zihinsel kaynakların sorunun çözümüne ve düzeltilmesine daha etkili bir şekilde yönlendirildiğini gösterir. Bu, daha derinlemesine bir öğrenme ve daha hızlı adaptasyon anlamına gelir.

Çaba ve Süreç Odaklılık: Sabit zihniyetli öğrenciler başarısızlık karşısında geri çekilirken, gelişen zihniyetli öğrenciler beynin bu hata izleme ve düzeltme sistemini harekete geçirerek daha uzun süre çalışmaya devam etmişlerdir.

Kısacası, gelişen zihniyet, bilişsel kontrol mekanizmalarını harekete geçirerek bireyin hatalarından öğrenme yeteneğini ve problem çözme sürecine harcadığı nörolojik çabayı artırmaktadır.



Yani, öğrencilerimizin başarısında yalnızca yetenekleri değil, öğrenmeye nasıl yaklaştıkları ile büyük oranda etkileniyor diyebiliriz.

Prof. Dr. Carol Dweck'in araştırmaları, öğrencilerin düşünce yapılarının (mindset) öğrenme süreçleri ve başarıları üzerinde belirleyici olduğunu ortaya koymuştur.

Dweck'in tanımladığı iki temel düşünce yapısı şunlardır:

Sabit Zihin Yapısı (Fixed Mindset)

Bu düşünce yapısına sahip bireyler;

- Zekânın ve yeteneklerin doğuştan sabit olduğuna inanır,
- Hata yapmaktan korkar ve bu hataları kişisel bir yetersizlik olarak görür,
- Zorlandıklarında kolayca pes eder,
- Başarıyı sadece "doğuştan zeki olmakla" ilişkilendirir.



Gelişen Zihin Yapısı (Growth Mindset)

Bu düşünce yapısına sahip bireyler ise;

- Zekânın ve becerilerin çaba, strateji ve zamanla gelişebileceğine inanır,
- Hataları öğrenme fırsatı olarak görür,
- Zorluklarla karşılaştığında yeni yollar dener,
- "Henüz öğrenmedim ama öğrenebilirim" yaklaşımını benimser.

MINDSET



KOÇ OKULU
İLK · ORTA · LİSE

GELİŞEN ZİHNİYET

Ne kadar fark eder? - Demeyin 😊

SABİT ZİHİN

GELİŞEN ZİHİN

Zaten her şeyi biliyorum

Öğrenmek istiyorum

Kolayca pes ederim

Geri bildirimleri memnuniyetle karşılıyorum ve onlardan ders çıkarıyorum

Yararlı geri bildirimleri görmezden geliyorum

Başkalarından öğreniyorum

Ne kadar zeki doğduğumu değiştiremem

Beynimi eğitebilirim

Pratik yapmama gerek yok

Bir şeyde daha iyi olmak için çok çalışabilirim

Bunda asla iyi olamayacağım

Denemeye devam edeceğim

Hatalar kötüdür bu yüzden onlardan kaçınıyorum

Hatalar öğrenme fırsatlarıdır

Emek gerektiren şeylerden kaçınıyorum

Meydan okunmak istiyorum





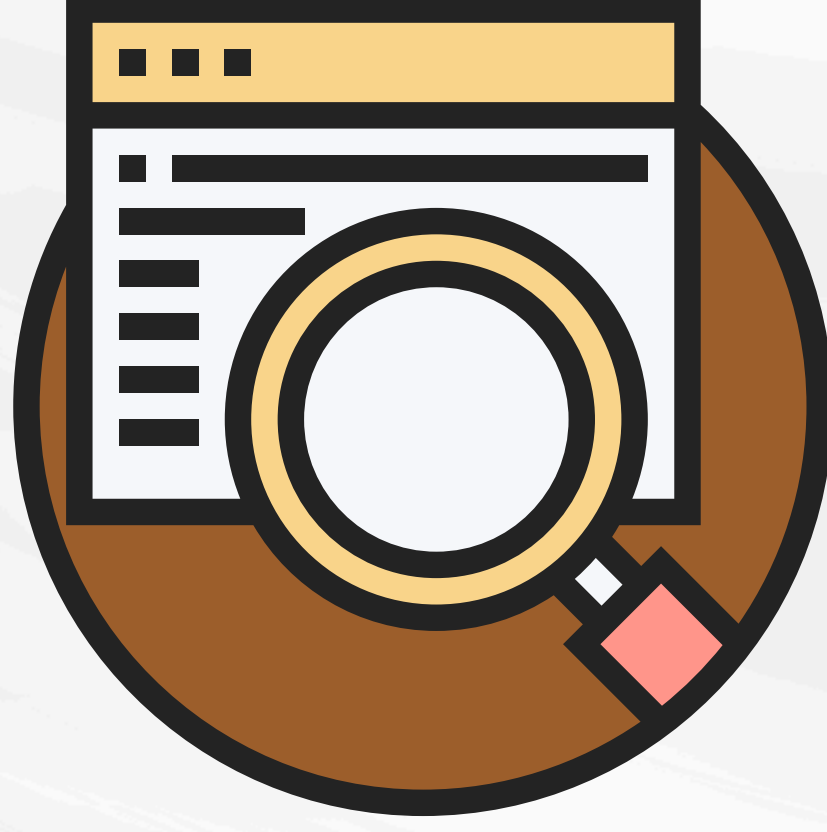
Neden Önemli?

Özellikle ergenlik dönemindeki öğrenciler, kimliklerini ve benlik saygılarını şekillendirme sürecindedir. Bu dönemde onlara “başarılı olmak için mükemmel olmaları gerekmediği”, “öğrenmenin bir süreç olduğu” mesajını vermek, hem akademik hem de duygusal dayanıklılıklarını güçlendirebilir.

Ne Yapmalı?

- Süreç Odaklı Geri Bildirim Verin: “Çok zekisin” yerine, “Bu soruyu çözmek için farklı bir yol denemen çok etkileyiciydi” gibi ifadeler kullanın.
- Hataları Normalleştirin: Yapılan hataları büyütme yerine analiz ederek öğrenme fırsatına çevirin.
- Henüz (Not Yet) Dili: Öğrencilerin “Bunu yapamıyorum” cümlesine karşı “Henüz yapamıyor olabilirsin” demeyi alışkanlık haline getirin.
- Zorlanmayı Teşvik Edin: Kolay görevlerde takdir etmek yerine, zorlandığı anlarda gösterdikleri çabayı vurgulayın.
- Çabayı Övün, Sonucu Değil: “Başardığın için değil, bu kadar emek verdiğin için seninle gurur duyuyorum.”
- Model Olun: Hata yaptığınızda “Ben de öğreniyorum” diyerek çocuğunuzun hata karşısındaki tutumunu şekillendirin.
- Karşılaştırmadan Kaçının: Çocuğunuzun başkalarıyla değil, kendi gelişimiyle kıyaslayın.
- Soru Sorun, Yorum Değil: “Bu konuda neler öğrendin?” gibi sorularla içsel farkındalığını artırın.
- En önemlisi bu kuramı ve Prof.Dr. Carol Dewk'i beraber araştırın ve üzerine tartışın.

Sonuç olarak: Gelişen zihniyetin desteklendiği bir öğrenme ortamında öğrenciler yalnızca akademik olarak değil; psikolojik sağlamlık, esneklik ve yaşam boyu öğrenme becerileri açısından da güçlenir. Öğrenme, sabit bir yetenek değil; gelişen bir yolculuktur.



Kaynaklar

- Dweck, C. (2006). Mindset: The New Psychology of Success. New York: Random House.
- Boaler, J. (2016). Mathematical Mindsets. Jossey-Bass.
- Moser, J. S., et al. (2011). “Mind Your Errors: Evidence for a Neural Mechanism Linking Growth Mind-Set to Adaptive Posterror Adjustments.” Psychological Science, 22(12), 1484–1489.
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). “Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed.” Educational Psychologist, 47(4), 302–314.
- TED Talk: Carol Dweck – The Power of Believing That You Can Improve
- ClassDojo Serisi: Growth Mindset with Mojo (Türkçe altyazılı).