

Maak je ALTERNATIEVE REALITEIT

Stap 1:

Wees je bewust van je huidige denken. Schrijf op een afzonderlijk stukje papier hoe je denkt over intelligentie en specifieke vaardigheden. Dit is je huidige realiteit.

Stap 2:

Omschrijf hier een alternatieve realiteit. Deze situatie is beter dan deze die je in stap 1 neerschreef. Maak deze zo dat ze voor jou geloofwaardig is. Wat zou je denken wanneer je een groeimindset had? Neem misschien een heel concreet voorbeeld voor jezelf. Gooi het eerste papiertje weg.

Stap 3:

Leef alsof de realiteit die je omschreef in stap 2 volledig klopt. Verwacht hetgeen je daar hebt neergeschreven. Je zal het volgende merken:

Je zal misschien merken dat er bewijs is voor een fixed mindset. Dat hetgeen je in stap 2 omschreef niet klopt. Negeer dit bewijs. Je zal zeer zeker ook merken dat er bewijs is voor een groeimindset. Top! Hou dit bewijs grondig bij, schrijf het neer. Documenteer wat je kunt. Wees zeker niet lui. Denk niet dat je alles zal onthouden. Schrijf op!

BEWIJS