

Growth Mindset (Pemikiran Berkembang/Pertumbuhan)

Oleh: Salwani Ibrahim, Timbalan Pegawai Psikologi

Growth Mindset melihat kecerdasan dan bakat sebagai kualiti yang boleh dibangunkan dan dikembangkan dari masa ke masa melalui usaha dan tindakan. Ia sangat penting untuk pembelajaran, daya tahan, motivasi dan prestasi. Individu yang mempunyai *growth mindset* akan memiliki ciri-ciri:

- Menekankan pembelajaran seumur hidup
- Percaya kecerdasan dan kebijaksanaan dapat diperbaiki
- Meletakkan lebih banyak usaha untuk belajar
- Percaya usaha yang berterusan membawa kepada penguasaan sesuatu perkara
- Percaya kegagalan hanya bersifat sementara
- Melihat maklum balas sebagai sumber maklumat dan peluang untuk belajar
- Sanggup mendepani cabaran
- Melihat kejayaan orang lain sebagai sumber inspirasi

Sumber: <https://www.mindsethealth.com/matter/growth-vs-fixed-mindset>
Editor: Nur Farahzawannah Ali

Fixed Mindset (Pemikiran Statik/Tetap)

Oleh: Salwani Ibrahim, Timbalan Pegawai Psikologi

Individu yang memiliki *fixed mindset* percaya sifat-sifat, bakat dan kecerdasan telah ditentukan atau tetap. Mereka percaya individu dilahirkan dengan tahap kecerdasan dan bakat semulajadi yang akan capai ketika dewasa. Individu yang mempunyai *fixed mindset* akan memiliki ciri-ciri:

- Percaya kecerdasan dan bakat adalah tetap
- Merasa terancam dengan kejayaan orang lain
- Mengelak cabaran bagi mengelak kegagalan
- Lihat maklum balas sebagai kritikan peribadi
- Mengabaikan maklum balas daripada orang lain
- Percaya bahawa usaha hanyalah sia-sia
- Sering menyembunyi kelemahan supaya tidak dihakimi oleh orang lain
- Mudah menyerah/berputus asa

Sumber: <https://www.mindsethealth.com/matter/growth-vs-fixed-mindset>
Editor: Nur Farahzawannah Ali





PUSAT KERJAYA DAN KAUNSELING

Bahagian Hal Ehwal Pelajar
Aras 5, Kompleks Budisiswa
Universiti Teknologi MARA
Shah Alam

☎ 03 - 5544 2630/2379/3211/3496

✉ pkk@uitm.edu.my