



LIBRO DE ACTIVIDADES

Aprendizaje Socioemocional



NOMBRE:





Unidad 2

Mi mejor versión

CLASE 7

Mentalidad de crecimiento y sus efectos

Meta de la clase: ¿Qué dice la ciencia sobre la mentalidad de crecimiento?

I. Mi mentalidad

Marca aquella afirmación que se acerque más a lo que tú piensas, y luego suma los puntajes para conocer qué tipo de mentalidad te representa mejor.

Pregunta	Participante	Marca la opción que mejor refleje tu opinión	Muy desacuerdo	Desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	Habilidades	La inteligencia es algo inherente a ti, lo que, en realidad, no puedes cambiar.				
2		Existen algunas cosas para las cuales nunca serás hábil, no importa cuánto te esfuerces.				
3		La gente verdaderamente inteligente no necesita esforzarse.				
4		Prefiero dedicarme a hacer más de aquello para lo cual soy bueno/a, que a aquello que me dificulta.				
5		Sólo algunas personas serán verdaderamente buenas para la música. Tienes que haber nacido con el don.				
6	Feedback	Aprecio cuando la gente me retroalimenta.				
7		A menudo, me enojo cuando la gente se ofrece a retroalimentarme en el colegio.				
8		A menudo, ignoro la retroalimentación cuando considero que no es relevante.				
9		Cuando más aprendo, es de la retroalimentación que otros me dan.				
10		La retroalimentación frecuentemente es una crítica disfrazada.				
11	Fortalezas	Tú puedes hacer las cosas de manera diferente, pero no puedes cambiar cómo eres.				
12		Mis cualidades negativas son parte de quien soy y nunca cambiarán, no importa lo que haga.				
13		Incluso gente que aparenta ser inherentemente mala puede cambiar su forma de hacer las cosas.				
14		Quien yo soy ha cambiado en el transcurso del tiempo y seguirá cambiando en el futuro.				
15		Algunas personas son buenas y amables y otras no, y así lo serán para siempre.				
		Puntaje Total				

Adaptación del Test de mentalidad de Consultoría WRIGHT

Pregunta	Muy desacuerdo	Desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	3	2	1	0
2	3	2	1	0
3	3	2	1	0
4	3	2	1	0
5	3	2	1	0
6	0	1	2	3
7	3	2	1	0
8	3	2	1	0
9	0	1	2	3
10	3	2	1	0
11	3	2	1	0
12	3	2	1	0
13	0	1	2	3
14	0	1	2	3
15	3	2	1	0

Resultados:

- **0-14 Mentalidad Fija:** Tiendes a pensar que tu inteligencia no se puede modificar.
- **15-29 Mentalidad Mixta:** Tienes en ti una mezcla de ideas respecto de cuánto puede cambiar tu inteligencia.
- **30-45 Mentalidad de Crecimiento:** Tiendes a pensar que tu inteligencia puede aumentar si te lo propones.

II. *Contesta las preguntas a continuación*

a. ¿Qué mentalidad te representa mejor a partir del test realizado?

.....

b. ¿Te sientes identificado con eso? ¿Por qué?

.....

.....

De las tarjetas que clasificaron, elige aquella que menos te represente y la que más. Luego contesta las preguntas:

c. ¿Por qué elegiste esa tarjeta como la que más te representa? ¿Te gustaría cambiar algo de eso?

.....

d. ¿Por qué elegiste esa tarjeta como la que menos te representa? ¿Te gustaría cambiar algo?

.....



¿Qué aprendimos hoy?

Existen dos tipos de mentalidad que nos llevan a comportarnos de manera diferente en nuestra vida cotidiana. Una es la mentalidad fija que considera que nuestra inteligencia, habilidades y fortalezas no son modificables. La mentalidad de crecimiento, en cambio, postula que dichas cualidades sí son modificables sobre todo con el esfuerzo y la práctica. Dependiendo de cuál mentalidad nos represente mejor, es que nos enfrentaremos a la vida de manera distinta.

III. Ticket de salida

Escribe 2 ideas centrales de:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Mentalidad de crecimiento

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Mentalidad fija

CUADERNO DE PLANIFICACIÓN

Aprendizaje Socioemocional

II
MEDIO



Clase 7:

Mentalidad de crecimiento y sus efectos

Meta de la Clase

Comprender los efectos de una mentalidad de crecimiento, según la neurociencia, en la manera de funcionar en la vida.

Pregunta Meta

¿Qué dice la ciencia sobre la mentalidad de crecimiento?

Criterios de Evaluación

- Explican los principales hallazgos de la neurociencia en cuanto al efecto de una mentalidad de crecimiento.
- Describen maneras en que una mentalidad de crecimiento influye en el funcionamiento cotidiano.
- Comparan la evidencia científica con su propia experiencia.

Tiempo de la Clase

45 minutos

Materiales de la Clase

- Libro de Actividades.
- Presentación *Mentalidad de crecimiento y sus efectos*.
- Video *Mentalidad de crecimiento (Sprouts)*.
- Documento *Set tarjetas*, recortado, 1 mazo por cada 6 estudiantes.
- Documento *Respuestas correctas*, impreso.
- 4 hojas blancas, por cada 6 estudiantes.

• INICIO

¿Verdadero o falso?

🕒 10 min

Todos ingresan a la sala y van a sus asientos para saludarse. El docente les pregunta cómo se sienten hoy, idealmente utilizando el *Medidor Emocional* (adaptación del Método RULER).

El estudiantes responden un *Verdadero o falso*. Quienes creen que es verdadero deben inflar el cachete derecho, mientras que quienes piensen que es falso, inflan el cachete izquierdo. Quien los infle último, tendrá que argumentar por qué piensa eso. Las preguntas son:

- ¿Es la inteligencia modificable? (Verdadero)
- ¿Creen que un compañero que siempre ha sido malo para dibujar, pueda aprender si practica? (Verdadero)
- ¿Creen que un compañero que es muy bueno para las matemáticas, no comete errores matemáticos? (Falso)


El docente explica que hoy hablarán de los conceptos de mentalidad de crecimiento y mentalidad fija, y los introduce con apoyo de la presentación explicitando cómo afectan nuestras creencias a nuestro autoconcepto, es decir, la imagen que tenemos de nosotros, y cómo esto influye, directamente, en nuestro comportamiento y decisiones.

Finalmente, el docente plantea la meta de la clase,

Verdadero y falso

Inflen el cachete **derecho** quienes creen que es **verdadero**, y el cachete **izquierdo** quienes creen que es **falso**:

- 1) ¿Es la inteligencia modificable? Verdadero
- 2) ¿Creen que un compañero que siempre ha sido malo para dibujar, pueda aprender si practica? Verdadero
- 3) ¿Creen que un compañero que es muy bueno para las matemáticas, no comete errores matemáticos? Falso



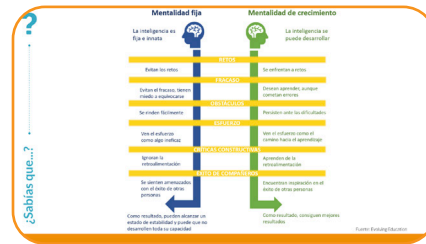
• **DESARROLLO**

Para acá y para allá

10 min

Se divide el curso en grupos de seis estudiantes. A cada grupo se le entrega un mazo con tarjetas dadas vuelta, las cuales se encuentran en el documento *Set de tarjetas* disponible en el Material Complementario. El juego consiste en que, por turnos, deberán sacar una tarjeta y clasificarla si corresponde a mentalidad fija o mentalidad de crecimiento. Se asigna a un compañero que llevará la separación de las tarjetas. Tendrán cinco minutos para organizarlas. Luego, el docente lidera la revisión, mientras clarifica los conceptos de mentalidad fija y mentalidad de crecimiento. Gana el equipo con mayor puntaje.

Para revisar las respuestas, el docente puede apoyarse en el documento *Respuestas Correctas* y en la imagen resumen disponible en la presentación de la clase.



Mentalidad en la cotidianidad

10 min

Los estudiantes ven el video *Mentalidad de crecimiento* de *Sprouts*.



Finalmente, dos estudiantes pasan adelante a leer los ejemplos de la pizarra y se genera un espacio de reflexión a partir de la siguiente pregunta:

- **¿De qué manera el tener una mentalidad de crecimiento nos ayuda en nuestra vida cotidiana?**

Luego, en los mismos grupos del juego, el docente entrega dos hojas en blanco por grupo y los invita a elegir una tarjeta de mentalidad fija y una de mentalidad de crecimiento del mazo para crear ejemplos que ilustren cómo se ve esa cualidad en la vida cotidiana. Lo escriben en las tarjetas entregadas y luego las pegan en la pizarra, la cual estará dividida en dos: mentalidad fija y mentalidad de crecimiento.

Mi mentalidad

12 min

Los estudiantes trabajan en el Libro de Actividades realizando un test de mentalidades y contestando preguntas en función de los resultados. El docente apoya con la lectura de las instrucciones, su explicación y monitoreo del

trabajo. Posteriormente, se puede dar un espacio para que los estudiantes compartan sus respuestas con el curso o en grupos pequeños.

● CIERRE

El fracaso

El docente comparte la cita de Samuel Beckett a modo de resumen, como un mensaje para no olvidar: “Lo intentaste. Fracasaste. No importa. Inténtalo de nuevo. Fracasa otra vez. Fracasa mejor”.

El docente concluye con la importancia de desafiarse a uno mismo y seguir intentándolo, con una mentalidad de crecimiento a la base.

Ticket de salida

⌚ 3 min

Los estudiantes sintetizan dos ideas centrales por tipo de mentalidad.

● LIBRO DE ACTIVIDADES

UNIDAD 2 CLASE 7

Mentalidad de crecimiento y sus efectos

Meta de la clase: ¿Qué dice la ciencia sobre la mentalidad de crecimiento?

I. Mi mentalidad
 Marca aquella afirmación que se acerca más a lo que tú piensas, y luego suma los puntajes para conocer qué tipo de mentalidad te representa mejor.

		Marca la opción que mejor refleja tu opinión	1	2	3	4	5
Fijada	1	La inteligencia es algo inherente a ti, lo que, en realidad, no puedes cambiar.					
	2	Existen algunas cosas para las cuales nunca serás hábil, no importa cuánto te esfuerces.					
	3	La gente verdaderamente inteligente no necesita esforzarse.					
	4	Prefero darme a hacer más de aquello para lo cual soy bueno, que a aquello que me desafía.					
	5	Solo algunas personas son verdaderamente buenas para la música. Tienes que haber nacido con el don.					
En crecimiento	6	Aprendo cuando la gente me retroalimenta.					
	7	A menudo, me enojé cuando la gente se ofreció a retroalimentarme en el colegio.					
	8	A menudo ignoro la retroalimentación cuando considero que no es relevante.					
	9	Cuando más aprendo, es de la retroalimentación que otros me dan.					
	10	La retroalimentación frecuentemente es una crítica desfavorable.					
En crecimiento	11	Tu puedes hacer las cosas de manera diferente, pero no puedes cambiar cómo eres.					
	12	Mis cualidades negativas son parte de quien soy y nunca cambiarán, no importa lo que haga.					
	13	Trabaja en algo que te interesa más que puedas cambiar tu forma de hacer las cosas.					
	14	Quiero que te cambies en el transcurso del tiempo y seguiré cambiando en el futuro.					
	15	Algunos son buenos con números y otros no, y así lo serán para siempre.					
		Puntaje total					

	Inteligencia	Esfuerzo	Inteligencia	Esfuerzo
1	3	2	1	0
2	3	2	1	0
3	3	2	1	0
4	3	2	1	0
5	3	2	1	0
6	0	1	2	3
7	3	2	1	0
8	3	2	1	0
9	0	1	2	3
10	3	2	1	0
11	3	2	1	0
12	3	2	1	0
13	0	1	2	3
14	0	1	2	3
15	3	2	1	0

Resultados:

- 0-14 Mentalidad Fija: Tienes a pensar que tu inteligencia no se puede modificar.
- 15-29 Mentalidad Mixta: Tienes en ti una mezcla de ideas respecto de cuánto puede cambiar tu inteligencia.
- 30-45 Mentalidad de Crecimiento: Tienes a pensar que tu inteligencia puede aumentar si te lo propones.

UNIDAD 2 CLASE 7

II. Contesta las preguntas o continuación

a. ¿Qué mentalidad te representa mejor a partir del test realizado?

b. ¿Te sientes identificado con eso? ¿Por qué?

De las tarjetas que clasificaron, elige aquella que menos te represente y la que más. Luego contesta las preguntas:

c. ¿Por qué elegiste esa tarjeta como la que más te representó? ¿Te gustaría cambiar algo de eso?

d. ¿Por qué elegiste esa tarjeta como la que menos te representó? ¿Te gustaría cambiar algo?

¿Qué aprendimos hoy?

Existen dos tipos de mentalidad que nos llevan a comportarnos de manera diferente en nuestra vida cotidiana. Una es la mentalidad fija que considera que nuestra inteligencia, habilidades y fortalezas no son modificables. La mentalidad de crecimiento, en cambio, postula que dichas cualidades sí son modificables sobre todo con el esfuerzo y la práctica. Dependiendo de cuál mentalidad nos represente mejor, es que nos enfrentaremos a la vida de manera distinta.

III. Ticket de salida
 Escribe 2 ideas centrales de:

Mentalidad de crecimiento

Mentalidad Fija