

# Growth Mindset: Wat is het en hoe leer je het aan?

written by Wessel Peeters

16 maart 2016



*Een IQ van 120 of een CITO score van 540: een score die laat zien hoe intelligent je bent. Op basis van een dergelijke score word je ingedeeld in het vervolgonderwijs en vervolg je je leerroute waar je je verder ontwikkelt... maar kun je dan ook intelligenter worden? Wat zegt zo'n IQ-test of CITO-toets dan nog? Vragen die je jezelf kunt stellen maar nog veel belangrijker: vragen die je je leerlingen moet stellen. Als we willen dat leerlingen intrinsiek gemotiveerd zijn is het belangrijk dat zij begrijpen dat je hersenen constant in ontwikkeling zijn en dat je daar zelf invloed op hebt: het is belangrijker dat zij beschikken over een growth mindset.*

## Mindset

De vraag of onze intelligentie en vaardigheden (capaciteiten) vast staan is eeuwen oud. Natuurlijk, je leert je hele leven... maar ontwikkelen we daardoor ook onze capaciteiten? Daarover zijn in wezen 2 verschillende overtuigingen: Onze capaciteiten staan vast en onze capaciteiten kunnen groeien. Concreter zijn de

gedachten hierover geworden toen Amerikaanse psychologe [Carol Dweck \(2006\)](#), verbonden aan de Stanford University, onderzoek deed naar de motivatie van prestaties van leerlingen en daarbij concludeerde dat er twee soorten mindsets (denkstijlen) zijn: *de fixed mindset* (vast) en *growth mindset* (groeien).

## What Kind of Mindset Do You Have?



I can learn anything I want to.  
When I'm frustrated, I persevere.  
I want to challenge myself.  
When I fail, I learn.  
Tell me I try hard.  
If you succeed, I'm inspired.  
My effort and attitude determine everything.



I'm either good at it, or I'm not.  
When I'm frustrated, I give up.  
I don't like to be challenged.  
When I fail, I'm no good.  
Tell me I'm smart.  
If you succeed, I feel threatened.  
My abilities determine everything.

Created by: Reid Wilson @wayfaringpath ©️🌐🌐 Icon from: thenounproject.com

## Growth Mindset

De mensen die hier achter staan – of met deze mindset rondlopen – hebben de overtuiging dat je capaciteiten kunt ontwikkelen (Murphy, 2008). Iedereen ontwikkelt zich in zijn eigen tempo. Toch is iedereen, met de juiste begeleiding en overtuiging, in staat zijn of haar capaciteiten te vergroten. Hierbij hoort ook dat falen vooral betekent dat je enkel meer moet oefenen: probeer het maximale uit jezelf te halen (Masters, 2013). Iemand met een growth mindset is dan ook in staat om te leren van feedback c.q. kritiek. Waar precies het limiet ligt van iemand zijn of haar capaciteiten is onduidelijk. Feit is wel dat de IQ (of CITO) score geen vast gegeven is: het een momentopname (Prins, 2003).

*Under a growth mindset, 'failure' is defined not in terms of year-level expectations, but as inadequate learning progress. – Masters, 2013*

# Fixed Mindset

De mensen die hier achter staan - of met deze mindset rondlopen - hebben de overtuiging dat capaciteiten vast staan (Murphy, 2008). Op het moment dat je ergens succes in hebt, dan heb je daar talent voor. Dingen waar je minder goed in bent probeer je te vermijden: op die manier maak je geen fouten en krijg je geen negatieve feedback (Walters, 2015). Hierdoor is het succes van anderen ook bedreigend. Perfectionisme of faalangst kunnen een sterke rol gaan spelen en zo nieuwe ervaringen in de weg gaan staan: Iemand geeft snel op (Prins, 2003). Vanuit deze relatieve onzekerheid wordt bevestiging gezocht voor iemand zijn of haar intelligentie of persoonlijkheid: Zij proberen soms slim over te komen en willen dan ook zeker niet dom lijken.

# Nature én Nurture

De hierboven omschreven mindsets zijn relatief zwart-wit. In de praktijk toont het merendeel van de recente onderzoeken aan dat de intelligentie een combinatie is van Nature (aangeboren, fixed) en Nurture (aangeleerd, omgeving, growth). Mensen zijn in staat om zichzelf te ontwikkelen, maar dat zal bij het een makkelijker gaan dan bij de ander (Dweck, 2007). Tot noch toe moet dit niet als een bijzonder gegeven klinken.. maar toch is dat voor leerlingen niet altijd vanzelfsprekend.

*Let's give students learning tasks that tell them, "You can be as smart as you want to be". - Dweck, 2008*

# Het belang van een Growth Mindset

Het hebben van een growth mindset heeft een positieve effect op leerlingen. Zo blijkt uit onderzoek dat (Walters, 2015):

- Growth Mindset training voor betere prestaties kan zorgen. (Blackwell et al., 2007; Yeager and Dweck, 2012; Good, Aronson, & Inzlicht, 2003).
- Growth mindedness er voor zorgen dat leerlingen deep learning skills (kritisch denken, samenwerken; softkills, 21st century skills) gebruiken en zo makkelijker herstellen van het halen van een laag cijfer (Grant and Dweck, 2003).

- Het prestatieverschil tussen leerlingen met een growth mindset kleiner wordt of verdwijnt. Anders gezegd: stereotype groepen die normaal slechter presteerde (denk jongens, denk achtergestelde groepen), kwamen meer om één lijn met de rest. Stereotypering wordt zo doorbroken. (Aronson et al., 2002; Blackwell et al., 2007; Good et al., 2003)

Om het bovenstaande te bereiken is het wel belangrijk dat leerlingen begrijpen dat ze in staat zijn om zichzelf te ontwikkelen – het is belangrijk dat leerlingen *rondlopen met een growth mindset*. Dit lijkt een logisch gegeven, maar het komt geregeld voor dat leerlingen roepen “dat kan ik niet” of “daar ben ik nooit goed in”. Dit kan een blokkade vormen om tot leren te komen (Masters, 2013). Met name bij VMBO leerlingen kán dit een sterke rol spelen: zij zijn er immers aan gewend dat zij op basisschool achterop liepen als het gaat om cognitie.

## Het aanleren van een growth mindset

Maar op welke manier kun je er nu tijdens je lessen of begeleiding van leerlingen er voor zorgen dat zij niet met een sterke *fixed mindset* rondlopen? Enkele belangrijke tips (Masters, 2013; Walters, 2015) kunnen zijn:

### 1. Zorg voor nuttige succeservaringen

Laat leerlingen succes hebben: Op die manier wordt leren leuker, worden leerlingen meer betrokken en bouwen ze meer zelfvertrouwen op (Masters, 2013).

Let wel op: een succeservaring is alleen waardevol als het enig waarde heeft: Zorg er voor dat leerlingen nét boven hun kunnen leren presteren: *‘Many educators think that lowering their standards will give students success experiences, boost their self-esteem, and raise their achievement... Well, it doesn’t work. Lowering standards just leads to poorly educated students who feel entitled to easy work and lavish praise.’ (Dweck 2006, 193)*. Te makkelijke taken kunnen leerlingen zien als tijdverspilling én daarbij maken zij dusdanig weinig fouten dat zij er niet van kunnen leren en groeien.

### 2. Creëer een risico-vrije leeromgeving

Laat leerlingen in zien dat het wordt gewaardeerd dat zij een uitdaging aan gaan, leren en voor perfectie gaan: fouten maken mag – het maakt je alleen maar beter.

### 3. Geef feedback op het proces (waarover zij controle hebben)

Al langer is bekend dat feedback geven op het proces belangrijk(er) is in vergelijking met het eindresultaat. Het is daarbij wel belangrijk dat je leerlingen feedback geeft op datgene waarover zij directe controle hebben: Geef dus feedback op hun genomen acties in plaats van bijvoorbeeld hun cognitie.

#### **4. Geef breinles**

Leer leerlingen dat je hersenen constant in ontwikkeling zijn. Geef les over de werking van je hersenen en op welke manieren je er invloed op hebt. Persoonlijke merken wij dat leerlingen dit ook vaak erg interessant vinden. Door hier les over te geven leren leerlingen begrijpen dat een growth mindset bestaat.

Uiteraard is het niet alleen aan docenten om hier mee bezig te zijn. Ook kunnen bijvoorbeeld ouders helpen. Zij kunnen bijvoorbeeld (Masters, 2013): inzet belonen, niet te veel aandacht besteden aan het resultaat van te makkelijke taken, de focus leggen op het (verbeteren van het) leerproces en het goede voorbeeld zijn: wees een rolmodel.

## **Wijs in 60 seconden: Growth Mindset**

In de videoserie 'Wijs in 60 seconden' gaan we, als aanvulling op een verdiepend artikel, kernachtig in op de huidige onderwijsontwikkelingen, zodat je iets duidelijk en snel kan begrijpen. In deze video: De Growth Mindset.

## **Apps en tools**

Enkele apps, tools en opdrachten die kunnen ondersteunen bij het aanleren van een *growth mindset* zijn:

**[ClassDojo](#) - Growth Mindset serie**

**[Formative](#) - geef leerlingen direct feedback**

Een erg handige tools waarover we recentelijke al een [artikel](#) schreven.

Op deze 2 websites diverse formats en tools te vinden die erg nuttig kunnen zijn: <http://www.mindsetworks.com/free-resources/> & <http://www.edutopia.org/article/growth-mindset-resources>

# Meer over de Growth Mindset

Meer weten over de Growth Mindset? Dit boek Dweck zelf - waarvan de nieuwste editie in 2018 is uitgekomen - is dan zeker een aanrader.



## Omschrijving

Dweck legt uit dat het niet alleen onze vaardigheden en talenten zijn die voor succes zorgen, maar ook onze statische of op groei gerichte mindset. Ze maakt duidelijk waarom het prijzen van de intelligentie en het talent van onze kinderen niet bevorderlijk is voor hun zelfvertrouwen en prestaties, maar hun succes zelfs in de weg kan staan. Met de juiste instelling kunnen we onze kinderen motiveren en hen helpen op school beter te presteren, en tegelijk op persoonlijk en professioneel vlak onze eigen doelen bereiken. Dweck onthult wat alle goede ouders, leerkrachten,

topmanagers en sportlieden al weten en laat zien hoe een simpel idee over de werking van de hersenen, liefde voor leren en veerkracht kan creëren, die de basis vormen voor prestaties op elk terrein.

## [Meer info & Bestellen](#)

## Discussie

Over het begrip 'mindset' is veel discussie. Al hoewel veel mensen het erover eens zijn dat de intrinsieke motivatie, goede wil of anders gezegd: het doorzettingsvermogen, belangrijk is om te leren, is er bijvoorbeeld bij deze [grote meta-analyse](#) geen overtuigende verband gevonden tussen de mindset en de leerprestaties. Dit zelfde beeld komt bij andere onderzoeken naar voren: er kan niet overtuigend worden aangetoond dat de fixed en growth mindset bestaan, dan wel invloed hebben op de leerprestaties. Dwecks onderzoek is bovendien gebaseerd op een onbetrouwbare methode: zelfrapportage door leerlingen. Dat leerlingen verschillend denken over bekwaamheid en intelligentie klopt wel, maar de invloed van die denkwijzen op leerprestaties [is niet aangetoond](#). Carol Dweck zelf vindt de gegevens wel overtuigend en staat achter haar theorie.

## Literatuur

Prins, P. (2003). *Effectiever behandelen tussen 'nature' en 'nuture'*. Amsterdam: Vossiuspers UvA

Dweck, C.S. & Molden, D.C. (2007). Self-Theories: Their impact on competence motivation and acquisition. In A.J. Elliot & C.S. Dweck (Eds.): *Handbook of competence and motivation*. New York, London: Guilford Press

Dweck, C.S. (2013). *Mindsets: Helping Student to Fulfill Their Potential*. [http://www.glenbard87.org/sitepages/parents-students/FOV1-0008F35B/FOV1-0008CD37/Dweck\\_Mindsets\\_Notes.pdf](http://www.glenbard87.org/sitepages/parents-students/FOV1-0008F35B/FOV1-0008CD37/Dweck_Mindsets_Notes.pdf)

Masters, N. (2013). *Towards a growth mindset in assessment*. [http://works.bepress.com/geoff\\_masters/174/](http://works.bepress.com/geoff_masters/174/)

Walters, S. (2015). *Growth Mindsets: A Literature Review*. <http://www.temescalassoc.com/db/el/files/2015/02/Growth-Mindsets-Lit-Review.pdf>

---

Dit artikel is afkomstig van [Vernieuwenderwijs.nl](http://Vernieuwenderwijs.nl).

Bekijk de meeste recente versie van ons artikel op onze website.



**Vernieuwenderwijs**