

Adolescents:

La mentalitat de creixement com a generador de benestar

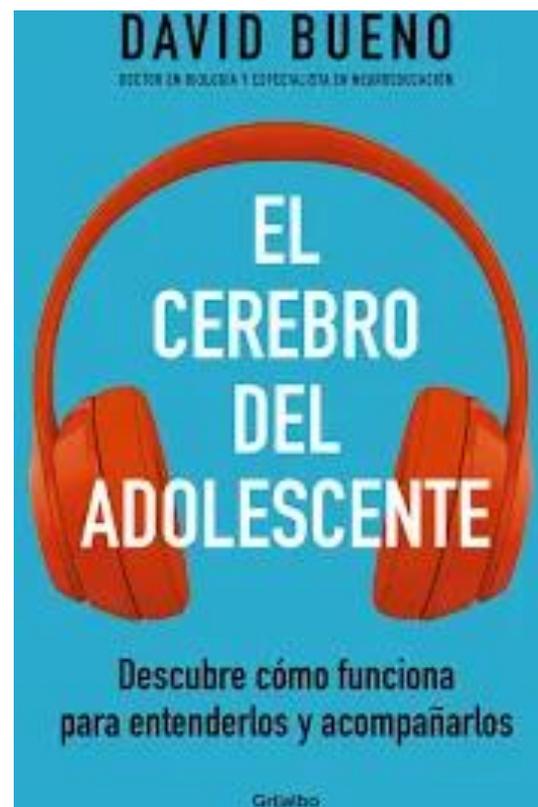


Anna For3s

Annafores@ub.edu

Carme Trinidad

carmetrinidad@gmail.com





B Fragilidad

Ansiedad

No lineal

Incomprensible

BESTSELLER DE THE NEW YORK TIMES

La generación ansiosa

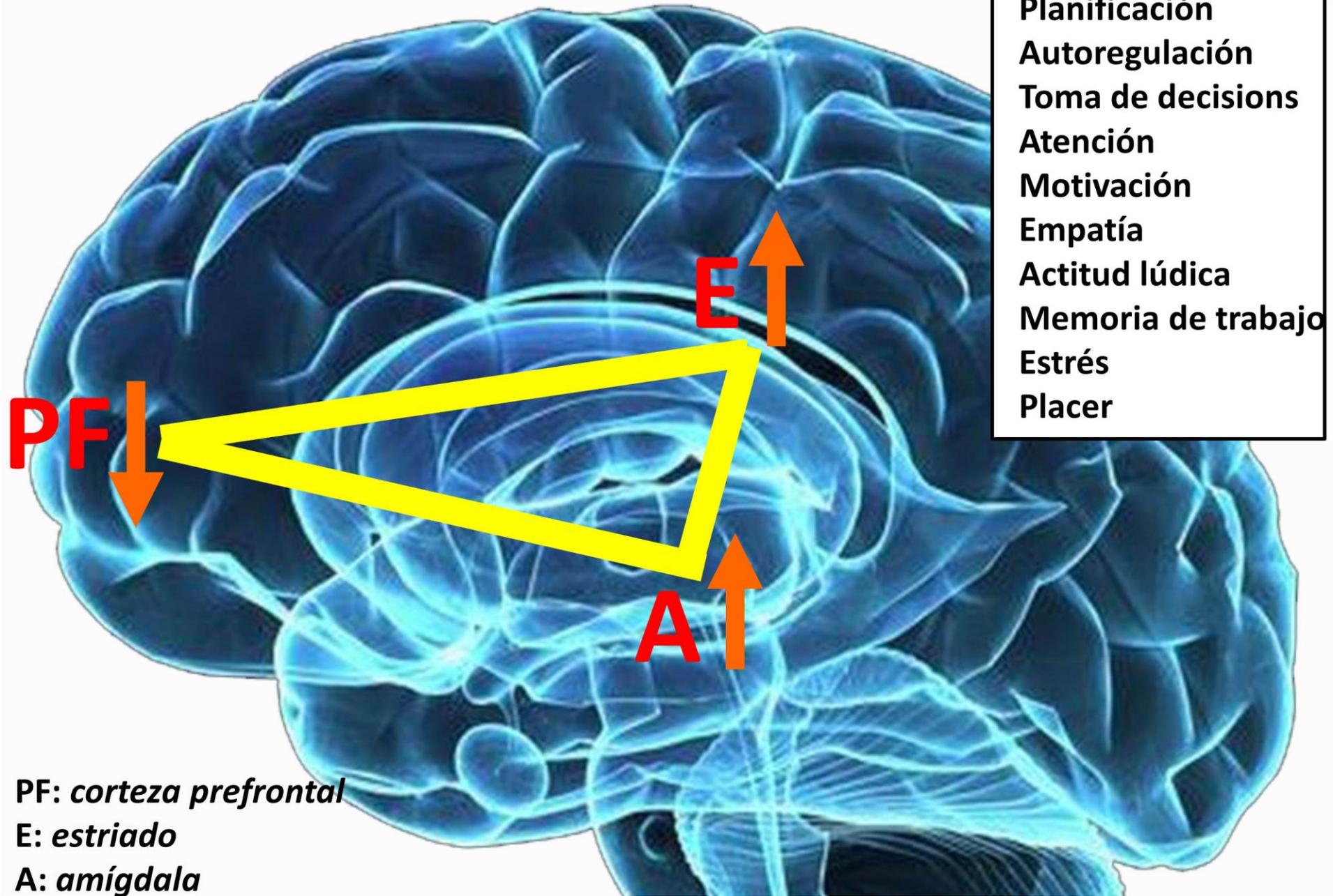
Por qué las redes sociales están causando una epidemia de enfermedades mentales entre nuestros jóvenes



Jonathan Haidt

De la sociedad pantallizada a la sociedad de la vida

- La transición "de la infancia basada en el juego" a una "infancia basada en los smartphones"; o sea, crecer en el mundo virtual genera ansiedad, anomía y soledad. La sobreprotección en el mundo real y el desamparo en el mundo virtual promueven la generación ansiosa. @JonHaidt

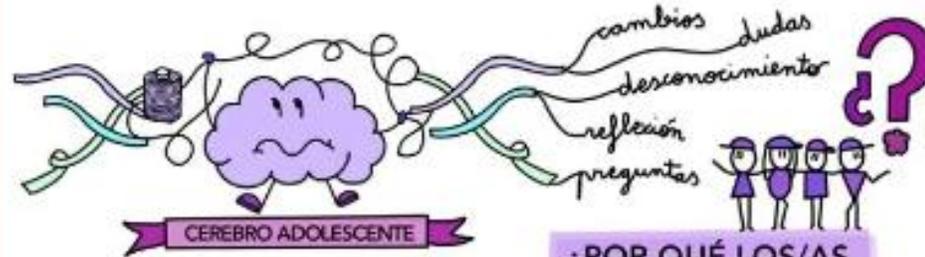


¿Y nos volvemos adolescentes?

DAVID BUENO Y ANNA FORÉS

Cerebro colectivo: Reiniciando el show

NEUROCIENCIA Y EDUCACIÓN



¿CÓMO APRENDO A AMARME?



¿POR QUÉ LOS/AS PAPIS/MAMIS SON TAN PESADOS?



¿POR QUÉ MIS PADRES/MADRES NO CONFÍAN EN MÍ?

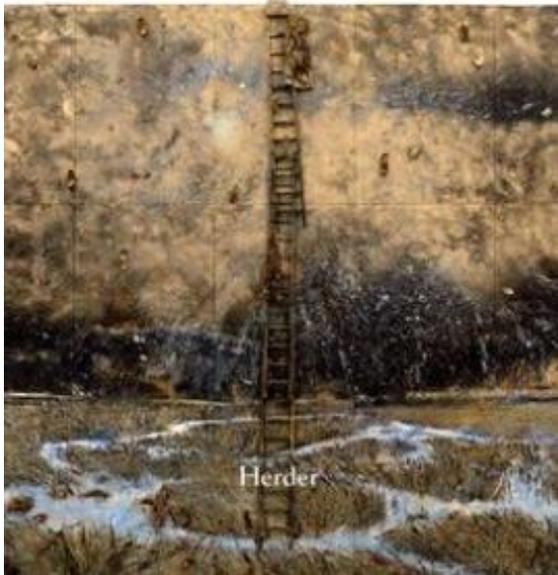


¿TODO LO HAGO MAL?

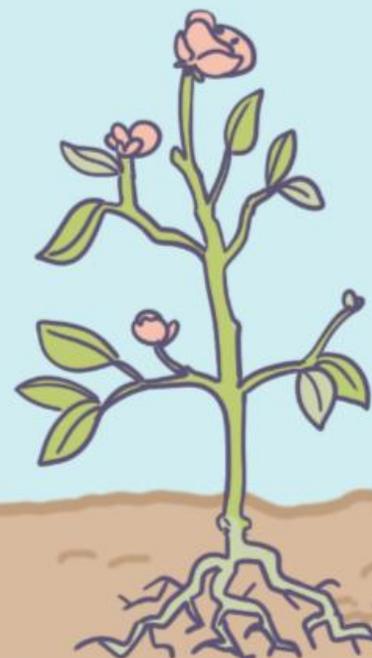
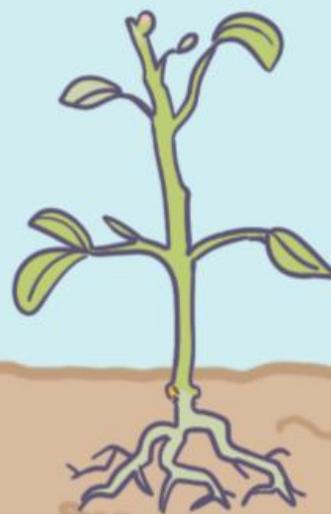


Byung-Chul Han
El espíritu
de la esperanza

Con imágenes de Anselm Kiefer



MENTALIDAD DE CRECIMIENTO



DUALIZATE

M A P

2018 por la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos) indica que casi el 40% de los estudiantes españoles consideran que su inteligencia está ya fijada, y que no pueden hacer nada para cambiarla.

Existe además una correlación clara entre esta creencia y el abandono del sistema educativo, que, según una investigación reciente de la UNED (Universidad Nacional de Educación a Distancia) publicada en 2021, afecta al 30% de los alumnos de ESO.

Un informe publicado en 2020 por el portal académico Science of Learning Portal de la International Bureau of Education (IBE) de la Unesco, auspiciado por la International Brain Research Organisation (IBRO),

Aproximadamente el 60% de los trabajos científicos y neurocientíficos que han intentado demostrar la validez de la propuesta de Dweck indican que **este cambio es posible, si**

- a una persona con mentalidad fija **se le explican las bases neuronales del aprendizaje**

- y se realizan **ejercicios, actividades, propuestas y retos adecuados**, esta persona puede pasar de mentalidad fija a mentalidad de crecimiento.

MENTALIDAD FIJA
La inteligencia, y por extensión todas las habilidades y capacidades cognitivas, son innatas



MENTALIDAD DE CRECIMIENTO
La inteligencia, y por extensión todas las habilidades y capacidades cognitivas, se pueden desarrollar

Evitan los retos



RETOS



Se enfrentan a retos

Evitan el fracaso, tienen miedo a equivocarse



FRACASO



Desean emprender, aunque cometan errores

Se rinden facilmente



OBSTÁCULOS



Persisten ante las dificultades

Ven el esfuerzo como algo ineficaz



ESFUERZO



Ven el esfuerzo como el camino hacia el aprendizaje

Ignoran la retroalimentación



CRÍTICAS CONSTRUCTIVAS



Aprenden de la retroalimentación

Se sienten amenazados on el éxito de otras personas



EXITO DE COMPAÑEROS/AS



Encuentran inspiración en el éxito de otras personas

Como resultado, pueden alcanzar un estado de estabilidad y puede que no desarrollen toda su capacidad

Como resultado consiguen mejores resultados



https://www.youtube.com/watch?v=yKR6DzJ9_Y