

**Fleksibilitas
dan
Pola Pikir Bertumbuh**

Tujuan Pembelajaran



Merefleksikan pandangan mengenai pola pikir menetap dan pola pikir bertumbuh



Mengembangkan dasar pola pikir bertumbuh



Memiliki komitmen untuk bertumbuh



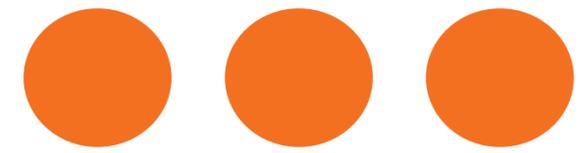
Menumbuhkan sikap pola pikir bertumbuh

Cara Menjadi Fleksibel

Dengan mengubah pola pikir

Individu yang fleksibel cenderung memiliki pola pikir bertumbuh (*growth mindset*)





Teori Pola Pikir

Pola pikir adalah kepercayaan yang kita miliki mengenai sifat dari karakteristik manusia.

Pandangan kita mengenai inteligensi, kemampuan, dan bakat mempengaruhi hidup dan keberhasilan kita. Terdapat **pola pikir menetap** (*fixed mindset*) dan **pola pikir bertumbuh** (*growth mindset*).

~Carol Dweck



Pola Pikir Menetap Vs Pola Pikir Bertumbuh



Orang dengan pola pikir **menetap** (fixed mindset) percaya bahwa inteligensi, bakat, dan kemampuan adalah sifat bawaan yang tidak dapat diubah.

VS

Orang dengan pola pikir **bertumbuh** (growth mindset) percaya bahwa kualitas dapat berkembang melalui usaha, pengalaman, dan bimbingan.

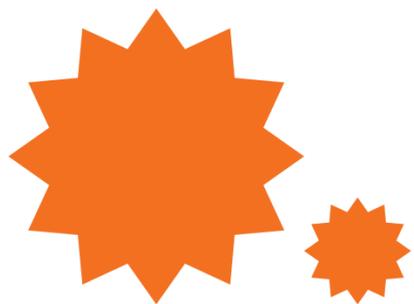
Kegagalan menurut

Pola Pikir Menetap Vs Pola Pikir Bertumbuh

Orang dengan pola pikir **menetap** melihat kegagalan sebagai bukti keterbatasan kemampuan mereka yang tidak dapat diubah.

VS

Orang dengan pola **pikir bertumbuh** menganggap kegagalan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, melihatnya sebagai bagian dari proses menuju keberhasilan.



Perbedaan Pandangan Lainnya

Cara Pandang Pola Pikir MENETAP



Usaha

Sia - sia



Tantangan

Menghindari



Hambatan

Menyerah
dengan
mudah



Kegagalan

Patah
semangat



Umpan Balik

Mengabaikan



Keberhasilan
Orang Lain

Terancam

Perbedaan Pandangan Lainnya

Cara Pandang Pola Pikir BERTUMBUH



Usah

Jalan menuju
penguasaan



Tantangan

Merangkul



Hambatan

Bertahan



Kegagala

Berusaha
lebih keras



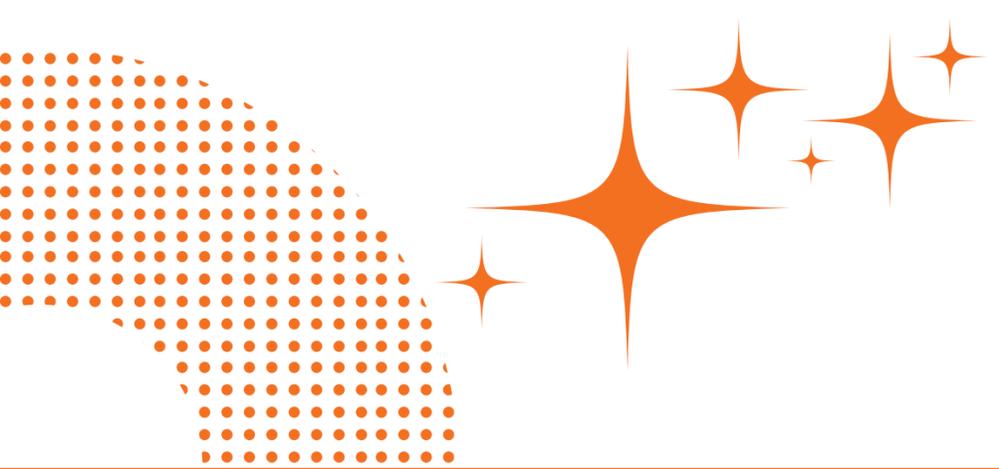
Umpan Balik

Belajar
darinya



Keberhasilan
Orang Lain

Terinspirasi



Perilaku Pola Pikir Bertumbuh



Meminta guru / mentor menunjukkan cara baru dalam menyelesaikan masalah.



Berani menjawab pertanyaan meskipun belum yakin.



Tidak ragu bertanya, meskipun pertanyaan sederhana.



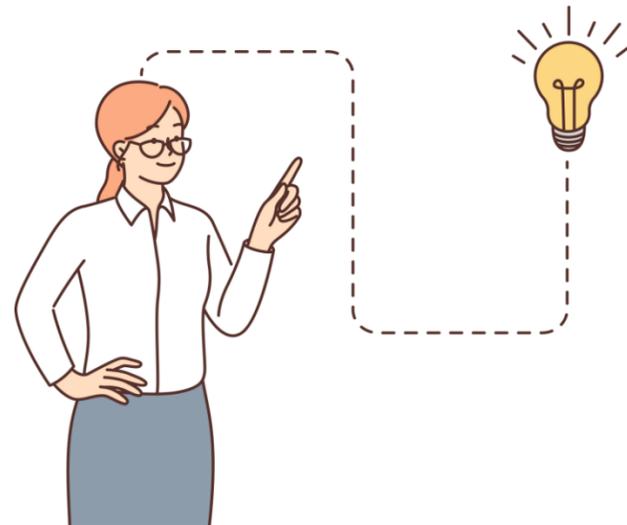
Memilih tantangan yang mendorong perkembangan daripada tetap di zona nyaman.

Pendekatan untuk Mengembangkan Pola Pikir Bertumbuh



Membangun Kepercayaan Diri

- Percaya pada kemampuan dan kapasitas diri untuk berkembang.



Melihat Kegagalan sebagai Peluang

- Menganggap kegagalan sebagai kesempatan belajar.



Meningkatkan Kesadaran Diri

- Mengenali bakat, kekuatan, dan kelemahan melalui refleksi dan umpan balik.



Menumbuhkan Rasa Ingin Tahu

- Berkomitmen pada pembelajaran seumur hidup dengan sikap eksploratif.



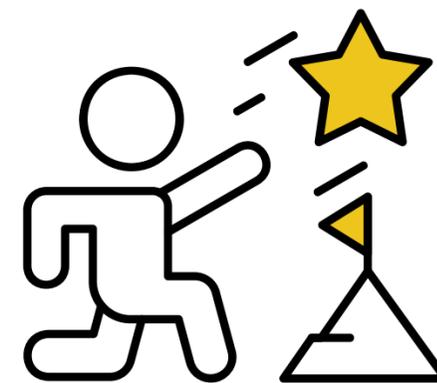
Menghadapi Tantangan dengan Positif

- Menerima tantangan sebagai bagian dari proses berkembang.



Mencintai Proses

- Menjalani aktivitas dengan semangat dan ketertarikan.



Menunjukkan Kegigihan

- Tetap berusaha dan bangkit dari kegagalan.



Menjadikan Keberhasilan Orang Lain sebagai Inspirasi

- Melihat kesuksesan orang lain sebagai motivasi dan menjadi inspirasi bagi orang lain.

Mengubah Pola Pikir, Kepercayaan, dan Otak Kita

Dengan mengenali perkataan yang kita katakan pada diri sendiri, mempertanyakan, dan mengubahnya. Berikut beberapa contoh pikiran dan pertanyaan yang dapat kita ajukan:

Pikiran :

"Saya mencoba dan gagal. Sepertinya hal ini di luar kemampuan saya."

Pertanyaan :

Apakah saya dapat mencoba strategi atau pendekatan yang berbeda?

Pikiran :

"Saya gagal karena tidak mencapai apa yang saya rencanakan."

Pertanyaan :

Bukankah pembelajaran adalah suatu proses, dan bukankah kegagalan adalah bagian dari proses tersebut?

Pikiran :

"Saya tidak terlahir pandai."

Pertanyaan :

Bukankah ada orang-orang yang mencoba dan berhasil dengan usaha keras?

Mengubah Pola Pikir, Kepercayaan, dan Otak Kita

Pikiran :

"Saya tidak dapat melakukannya. Saya tidak akan pernah bisa melakukannya."

Pertanyaan :

Apakah saya menerah terlaulucepat?
Apakah saya memerlukan waktu lebih banyak?

Pikiran :

"Apakah kamu pikir kamu dapat melakukannya?"

Pertanyaan :

Tidakkah saya dapat melakukannya dengan usaha berulang?

Pikiran :

"Saya tidak tahu bagaimana bisa mencapainya sampai kapanpun."

Pertanyaan :

Apa rencana yang bisa saya buat untuk mencapainya? Bagaimanasaya bisa memotivasi diri saya untuk mengikutirencana tersebut? Apa langkah pertama yang akan saya lakukan?

World Vision

INDONESIA

Wahana Visi Indonesia bermitra dengan World Vision yang mendukung KOICA PMC Project yang bertujuan untuk meningkatkan Rehabilitasi Sosial bagi Remaja Rentan di Indonesia yang di inisiasi oleh Korea Institute for Development Strategy (KIDS), ReBach Internasional dan World Vision Korea dan didanai oleh Korea International Cooperation Agency (KOICA)

KOICA
Korea International
Cooperation Agency

KIDS Korea Institute for
Development Strategy

RE:BACH
international

World Vision



Wahana Visi Indonesia

www.wahanavisi.org



@wahanavisi_id