- **NAME OF THE TOOL**

  Come cambiare la tua mentalità?

- **DESCRIPTION OF THE TOOL**

  L'esercizio è utilizzato nella seconda (di quattro) parte del modulo di formazione Mindset & Values.
  Lo scopo dell'esercizio è sviluppare un elenco (catalogo) di suggerimenti che saranno utili nel passaggio da una mentalità fissa a una mentalità di crescita. Questi suggerimenti (guida) assumono la forma di una risposta al questionario.
  Ogni partecipante compila individualmente un questionario con domande e cerca di rispondere in modo molto onesto. Il questionario può essere utilizzato durante la formazione (dovrebbero essere necessari circa 30-40 minuti per completare il questionario) oppure può essere ordinato come compito a casa tra le sessioni di formazione. Quindi la presentazione dei risultati del lavoro individuale avverrà il giorno di formazione successivo
  Il formatore che modera l'esercizio chiede a ciascuno dei partecipanti di presentare le proprie risposte alle domande nel foglio nel forum di gruppo. La fase successiva è la discussione dei risultati del lavoro di tutti i partecipanti da parte del formatore e un tentativo di unificare la mappa mentale e trarre conclusioni generali.

- **OBJECTIVES OF THE TOOL**

  - acquisire consapevolezza dell'importanza del tipo di mentalità nella crescita attraverso i valori (guidare la crescita e lo sviluppo basati su valori comuni e autenticità)
  - comprendere le differenze tra mentalità fissa e mentalità di crescita
  - sviluppare un elenco (catalogo) di suggerimenti che saranno utili nel passaggio da una mentalità fissa a una mentalità di crescita.

- **CONNECTION THE TOOL WITH THE SKILL**

  L'essenza di questo stile di leadership è rimanere fedeli ai propri valori e guidare gli altri rimanendo coerenti e allineati intorno a loro. Anche se le tattiche del leader o la strategia complessiva possono cambiare, i valori coerenti forniscono la spina dorsale fissa di un'organizzazione su cui tutti i dipendenti possono allinearsi.
  Shirley, L., 2018, How values-based leadership influenced our growth, in: Exponea, https://exponea.com/blog/how-value-based-leadership-influenced-our-growth/

  Ciò è particolarmente importante per le aziende in rapida crescita in cui è incredibilmente importante rimanere agili e ad alte prestazioni, anche in periodi di pesante trasformazione aziendale.
  Shirley, L., 2018, How values-based leadership influenced our growth, in: Exponea, https://exponea.com/blog/how-value-based-leadership-influenced-our-growth

  La tua visione di te stesso può determinare tutto. Se credi che le tue qualità siano immutabili - la mentalità fissa - vorrai dimostrarti corretto più e più volte piuttosto che imparare dai tuoi errori. Cambiare le nostre convinzioni può avere un impatto potente. La mentalità di crescita crea una potente passione per l'apprendimento. ''Perché perdere tempo a dimostrare più e più volte quanto sei bravo", ''quando potresti migliorare?"

  L'esercizio si basa sui presupposti e sui risultati della ricerca descritti nel libro Dweck, C., S., 2007, Mindset: The New Psychology of Success, Ballantine Books.

  Svolgendo l'esercizio, i partecipanti acquisiranno conoscenze (e autoconsapevolezza) e abilità su come passare da una mentalità fissa a una mentalità di crescita.

- **RESOURCES AND MATERIALS**
  - fogli di lavoro individuali con domande su come passare da una mentalità fissa a una mentalità di crescita,
  - presentazione, ad esempio sotto forma di PowerPoint, che mostri quali sono le differenze tra mentalità fissa e mentalità di crescita.

DUE MENTALITÀ	
MENTALITÀ FISSA (l'intelligenza è statica)	MENTALITÀ DI CRESCITA (l'intelligenza può essere sviluppata)
Porta al desiderio di apparire intelligenti e quindi alla tendenza a...	Porta al desiderio di imparare e quindi alla tendenza a...
SFIDE	
...evitare le sfide	...abbraccia le sfide
OSTACOLI	
...arrendersi facilmente	...perseverare di fronte alle battute d'arresto
SFORZO	
...vedi lo sforzo come infruttuoso o peggio	...vedi lo sforzo come un percorso verso la maestria
CRITICA	
...ignora utili feedback negativi	...impara dalle critiche
SUCCESSO DEGLI ALTRI	
...sentirsi minacciati dal successo degli altri	...trova lezioni e ispirazione nel successo degli altri
Di conseguenza, possono stabilizzarsi presto e raggiungere meno del loro pieno potenziale	Di conseguenza, raggiungono livelli sempre più alti di successo
Tutto ciò conferma una visione deterministica del mondo	Tutto questo dà loro un maggiore senso di libero arbitrio

Source: Dweck, C., S., 2007, Mindset: The New Psychology of Success, Ballantine Books

L'esercizio si basa sul lavoro indivi[illegible]lla formazione. Nella prima fase il trainer s[illegible]nze tra mentalità fissa e crescita. Il f[illegible] la presentazione preparata nell'ambito di questo progetto, relativa alla seconda parte del modulo tematico Mindset & Values. Il formatore chiede quindi ai partecipanti se hanno compreso queste differenze e se hanno domande. Il formatore risponde alle domande dei partecipanti e dissipa i loro dubbi. La spiegazione di come cambiare la tua mentalità verso la crescita è nel contenuto della presentazione PowerPoint relativa alla crescita attraverso i valori (modulo Mindset & Values).

Nell'esercizio, ogni partecipante risponde ad alcune domande:

(ecco un esempio di domande che ti aiutano ad adottare un orientamento verso la crescita)

- Cosa posso imparare da questo?
- Quali passi posso fare per aiutarmi ad avere successo?
- Conosco il risultato o l'obiettivo che sto cercando?
- Quali informazioni posso raccogliere? E da dove?
- Dove posso ottenere un feedback costruttivo?
- Se avessi un piano per avere successo a [blank], come potrebbe essere?
- Quando seguirò il mio piano?
- Dove seguirò il mio piano?
- Come seguirò il mio piano?
- Cosa ho imparato oggi?
- Quale errore ho commesso che mi ha insegnato qualcosa?
- La mia attuale strategia di apprendimento funziona? Se no, come posso cambiarlo?
- In cosa mi sono impegnato oggi?
- Quali abitudini devo sviluppare per continuare i guadagni che ho ottenuto?

Source: Scott, J., A Complete Guide to Changing Your Fixed Mindset into a Growth Mindset, https://scottjeffrey.com/change-your-fixed-mindset/#How_to_Change_Your_Mindset

foglio nel forum di gruppo. La fase su dei risultati del lavoro di tutti i partecipanti.

- **WHAT YOU LEARN**

  Utilizzando l'esercizio in formazione, i partecipanti:
  - acquisire la consapevolezza dell'importanza del tipo di mentalità nella crescita attraverso i valori (guidare la crescita e lo sviluppo basati su valori comuni e autenticità),
  - comprendere le differenze tra mentalità fissa e mentalità di crescita,
  - sviluppare un elenco (catalogo) di suggerimenti che saranno utili nel passaggio da una mentalità fissa a una mentalità di crescita.