



Mindset: hoe bepaalde complimenten averechts uitwerken.

Willem Kuipers

Hoe reageer je als mensen je gelukkig prijzen vanwege je extra intelligentie en het gemak waarmee je alles voor elkaar krijgt?

In welke mate trek je je gemaakte vergissingen persoonlijk aan?

Denk je dat je eigen intelligentie - dus ook je extra intelligentie - min of meer onveranderbaar is, of denk je dat je door gerichte inspanning deze intelligentie kan veranderen?

Carol S. Dweck, een professor in de psychologie op Stanford University, bestudeert al ruim twintig jaar de manier waarop een basale opvatting over jezelf invloed uitoefent op je leven en werken en het verschil kan maken tussen persoonlijke stagnatie en expressie. Op grond van uitgebreide, gevarieerde en goed gedocumenteerde testsituaties maakt zij onderscheid tussen een z.g. Fixed Mindset en een Growth Mindset.

Mindset kan je vertalen met Geesteshouding of Denkkader. Om pragmatische redenen verkies ik om Mindset onvertaald te laten en gebruik hierna de termen Vastgezette Mindset en Groei Mindset.

WAT IS JOUW GEBRUIKELIJKE MINDSET?

In de tabel hierna heb ik karakteristieke verschillen tussen de twee Mindsets uitgewerkt.

Je kan voor jezelf turven of je jezelf meer herkent in de uitspraken van de linker kolom of die van de rechter kolom.

Vastgezette Mindset		Groei Mindset
Intelligentie is een basiseigenschap die niet veel kan veranderen.	1	Ongeacht je mate van intelligentie, kan je die altijd nog behoorlijk veranderen.
Je bent een bepaald persoon en dat kan niet echt veranderd worden.	2	Je kan altijd aanzienlijk veranderen wat voor persoon je bent.
Succes gaat over het bewijzen dat je slim of getalenteerd bent.	3	Succes gaat over je grenzen verleggen om iets nieuws te leren.
Een mislukking grijpt in op je gevoel voor eigenwaarde. Om die te herstellen geef je liever anderen of het systeem de schuld.	4	Een mislukking is een uitnodiging om het op een andere manier opnieuw te proberen. Het gaat niet over schuld.
Ik ben een vergissing.	5	Ik maak een vergissing.
Grondslag van eigenwaarde: Ik ben bijzonder.	6	Grondslag van eigenwaarde: Ik kan mijn grens verleggen en groeien.
Slim is: de dingen zijn voor mij makkelijker dan ze voor anderen zijn. Ik maak geen vergissingen.	7	Slim is: nadat ik flink mijn best heb gedaan, heb ik iets nieuws geleerd. Ik kan me daarbij wel eens vergissen.

Vastgezette Mindset		Groei Mindset
Mijn IQ-test meet hoe slim ik ben.	8	Mijn IQ-test is een momentopname van een bepaalde vaardigheid.
Slimme mensen leveren perfect werk af.	9	Streven naar perfectie is een bron van inspiratie, niet een bewijs van geschiktheid.
Als je slim bent, hoef je je niet in te spannen om resultaat te bereiken.	10	Door je in te spannen transformeer je je vaardigheid en je persoonlijkheid.
Alleen het resultaat telt.	11	Het proces op zich heeft waarde.
Straks lukt het me niet, terwijl ik er mijn uiterste best voor heb gedaan: dan kan ik beter er maar niet aan beginnen.	12	Span je het meest in voor wat je het meest dierbaar is.
Jouw succes is mijn falen.	13	Jouw succes is mijn inspiratie
Leraren zijn rechters.	14	Leraren zijn bondgenoten en gidsen.
'Bevestig mij in mijn waarde!'	15	'Hee, dat gaat leuk worden!'
Ik beoordeel mijzelf voortdurend en onthoud alle vonnissen die ik over mijzelf heb uitgesproken.	16	Ik let goed op wat ik doe en ben attent op mogelijkheden voor verbetering of om iets te leren.
Mijn partner en ik zijn voor elkaar gemaakt; wij hoeven daar niets voor te doen of laten. Slechte relaties is voor sukkel.	17	Samenleven met mijn partner betekent soms er keihard voor werken, maar het blijft ons altijd inspireren.
Als ik teleurgesteld word, kom ik tot stilstand.	18	Als ik teleurgesteld word, raak ik extra vastbesloten om door te gaan.

IS HET ERG OM JE TE MOETEN INSPANNEN?

Zolang alles gemakkelijk gaat, is er weinig verschil qua resultaten tussen mensen met een Vastgezette dan wel Groei Mindset. Maar als de taak moeilijker wordt en extra inspanning vraagt, blijken mensen met een Vastgezette Mindset al snel af te haken, terwijl die met een Groei Mindset steeds enthousiaster en meer vastberaden doorgaan. Daar komt de intrigerende bevinding van Carol Dweck bij, dat je bij iemand een Vastgezette Mindset kan activeren door hem/haar te prijzen vanwege zijn/haar bijzondere intelligentie:

Halverwege het afleggen van een bepaalde capaciteitentest prees zij een gedeelte van de groep voor hun kennelijk hoge intelligentie die tot goede testresultaten had geleid.

Een ander gedeelte prees zij voor hun evident harde werken, dat tot goede testre-



sultaten had geleid. Zonder dat zij dat wisten, werd de test hierna een stuk zwaarder.

De groep die geprezen was voor hun intelligentie haakte met allerlei excuses al snel af, de groep die geprezen was voor hun harde werken, ging extra hard werken, bereikte goede resultaten en vroeg om meer van dat soort spannende opgaven.

Omdat bij de Vastgezette Mindset de aanname hoort 'slimme mensen lukt alles gemakkelijk en zonder fouten', leidt het moeten leveren van een inspanning of het (bijna) maken van een fout per definitie tot de conclusie: 'Ik ben minder slim dan ik dacht (en dan mijn omgeving denkt) en dat kan nooit meer verbeteren.' Logisch dat je zo'n 'vernedereidend moment van de waarheid' probeert te ontwijken of te verdoezelen en voortijdig afhaakt.

Veel Xi-ers hebben de ervaring dat ze regelmatig geprezen zijn/worden voor hun zo duidelijk zichtbare intelligentie. Het via een IQ-test Hoogbegaafd te zijn verklaard telt voor sommigen als een diploma en onherroepelijke opdracht om *heel* slim te zijn en daarnaar te leven. Hebben kenmerken als faalangst, zogenaamde luiheid, gebrek aan doorzettingsvermogen te maken met een 'er in geprezen' Vastgezette Mindset? Maar waarom heeft de ene Xi-er daar duidelijk meer last van dan een ander?

WAAROM GENEIGD TOT EEN BEPAALDE MINDSET?

Uit haar boek krijg ik de indruk dat Carol Dweck de oorzaak van een bepaalde Mindset in hoofdzaak bij opvoeding en scholing legt: complimenten als 'wat knap dat je in vijf minuten je huiswerk maakt en hoge cijfers haalt' nodigen niet uit om inspanning als iets positiefs te zien: 'dat is iets voor de minder slimmen'. Het pad naar succes creëer je volgens haar door het bij jezelf en anderen bevorderen van de Groei Mindset, bijvoorbeeld door te complimenteren op geleverde inspanning in plaats van op bijzondere intelligentie.

Ik weet uit eigen ervaring dat verwachtingen van anderen (en mijzelf) over het effect van mijn hoge intelligentie op mijn prestaties nogal verlamkend heeft gewerkt en nog kan werken. Het thema 'ben ik wel goed genoeg?', zoals beschreven in 'Verleid jezelf tot excellentie!' gaat daar onder andere over.

Maar voor mij ligt er ook een relatie met één van de polariteiten in de z.g. Typen leer, zoals gebruikt bij de Meyers-Briggs Type Indicator en deels bij Temperamentenleer:

Judging (J) tegenover Perceiving (P), te interpreteren als structureren/beoordelen tegenover ruimte geven/zintuiglijk ervaren.

Mensen met een voorkeur voor *Judging* houden van structureren en liefst vooraf ordenen. Daarvoor is het gebruik van regels en begrippen handig: door iets in een vakje in te delen kan je stabiele afspraken maken over hoe je er mee om moet gaan. Planning is daar op gebaseerd. Bij Temperamentenleer is de Hoeder hier een goed voorbeeld van.

Mensen met een voorkeur voor *Perceiving* houden ervan allerlei keuzes open te laten en pas op het feitelijke moment op grond van zintuiglijke informatie en pragmatiek tot een besluit te komen. Dat maakt ze heel flexibel en effectief door snelle aanpassing aan ver-

anderende omstandigheden, maar niet altijd efficiënt of betrouwbaar in het nakomen van afspraken. Bij Temperamentenleer is de Ambachtsmens hier een goed voorbeeld van. Judging en Perceiving hebben allebei hun voor- en nadelen: ze vullen elkaar aan.

Ik krijg de indruk dat een Judging-Type van nature door zijn/haar voorkeur voor structuren een aantal aspecten van de Vastgezette Mindset herkent, en dat een Perceiving-Type door zijn/haar voorkeur voor flexibiliteit juist eerder een aantal aspecten van de Groei Mindset herkent. Bedenk daarbij dat beide Typen voor het ene aspect op grond van bepaalde overtuigingen een Vastgezette Mindset kunnen hebben, maar voor een ander aspect een Groei Mindset.

Het betekent dus niet dat ieder Judging-Type gedoemd is met een Vastgezette Mindset door het leven te gaan. Ik zie dat als een doorschieten, een teveel van het goede: Kunnen structureren is een grote kracht, maar de werkelijkheid laat zich niet permanent vangen in vastgezette begrippen die eigenlijk momentopnames zijn. Juist door de dynamiek van actuele zintuiglijke ervaringen kan je opmerken dat een structuur beter op een andere manier kan worden vormgegeven, of dat de werkelijkheid zo veranderlijk is, dat een bepaalde structuur geen voordeel biedt. Het gaat om het verschil beseffen tussen een effectieve structuur en een keurslijf, waarbij het een valkuil voor een Judging-Type is om teveel te willen vastleggen.

Op dezelfde wijze: als *'intelligent'* voor iemand gedefinieerd is geraakt als *'je nooit hoeven in te spannen'* omdat dat de werkelijkheid van veel schoolsituaties is, heeft die definitie maar een beperkte houdbaarheid: soms moet je je in latere fases van onderwijs wel inspannen en hoe dan ook geldt voor Xi-ers dat ze zich wel degelijk moeten inspannen om tot excellente expressie te komen, zie de volgende paragraaf. Extra intelligente mensen maken zelfs wel eens fouten, of leveren werk af dat niet absoluut perfect is.

EXCELLENTIE EN DE GROEI MINDSET

In 'Verleid jezelf tot excellentie!' heb ik excellentie gekarakteriseerd als een proces waarbij je boven jezelf uitstijgt, je eigen beperkingen overwint. Ik zie het als een kwaliteit die uitdrukking geeft aan iets wat van wezenlijk belang voor je is, wat een essentiële behoefte voor je vervult en je gevoel voor eigenwaarde versterkt.

Iedereen heeft daar een eigen invulling bij; in het boek wordt verduidelijkt hoe excellentie vanuit elk van de vier temperamenten tot een ander soort expressie kan leiden.

Door vanuit de optiek van expressie van excellentie naar de kenmerken van de Groei Mindset te kijken, wordt duidelijk hoezeer die twee bij elkaar horen. Het willen verleggen van de eigen grenzen, de uitdaging, de hantering van tegenslagen, het vertrouwen in verandering als je je inspant, het is allemaal heel herkenbaar in de context van de gebruikte definitie voor de expressie van excellentie. De Groei Mindset herinnert je aan het belang van het proces en de waarde van je stevig inspannen voor wat je dierbaar is.

Hoewel Perceiving-Types zich makkelijker herkennen in aspecten van de Groei Mindset dan Judging-Types, geloof ik niet dat zij makkelijker tot expressie van excellentie komen.

Expressie van excellentie wordt mede beïnvloed door de mate waarin iemand bereid en in staat is om de eigen grenzen (grenzen zijn immers een soort 'vastzettingen') te onderkennen en te verleggen. Zoiets vraagt een inspanning van iedereen die dat wil:
Hoe ver ga je in het je inspannen voor wat je dierbaar is?
Is er iets dat zo dierbaar is, dat je er tot het uiterste voor wilt gaan?

'MINDSET' VOOR DE ÉÉN INDRINGENDER DAN VOOR DE ANDER

Vooraf voor Judging-Types is het Mindset model vaak confronterend, omdat er bij hen altijd wel een paar eigen begrippen ongemerkt 'Vastgezet' en daarmee over hun 'houdbaarheidsdatum' zijn geraakt. Daarmee kloppen hun daarop gebaseerde structuren ook niet meer en dat is weliswaar pijnlijk, maar een noodzakelijke ontdekking om vol in het leven te blijven staan en te kunnen groeien.

Bovendien hebben de complimenten over hun intelligentie en de daarmee gestimuleerde Vastgezette Mindset bij hen vaak diepe sporen achter gelaten, omdat zo'n benadering aansloot bij hun eigen denkstructuren. Ze vallen daardoor tot hun eigen frustratie makkelijker in oude vermijdingspatronen terug als ze met tegenslag geconfronteerd worden. Tenslotte is het voor hen in hun rol als opvoeder, docent of leidinggevende verrassend of onthutsend, dat hun goedbedoelde complimenten zo'n averechtse uitwerking kunnen hebben.

Voor Perceiving-Types lijkt Mindset mij minder vaak een belangrijk thema, omdat zij van nature meer met aspecten van de Groei Mindset dan van de Vastgezette Mindset hebben. Wel blijft het ook voor hen relevant om zich rekenschap te geven van het blokkerende effect van prijzen of geprezen worden voor intelligentie in plaats van voor geleverde inspanning. Daarmee kunnen ook zij tijdelijk zelf in de ban komen van een Vastgezette Mindset over hun intelligentie en de consequenties daarvan, of dat bij anderen in hun rol van opvoeder, docent of leidinggevende teweeg brengen.

Voor beide Types, en voor alle Xi-ers, is het Mindset model in ieder geval relevant om zich rekenschap te geven hoezeer de expressie van excellentie bevorderd wordt door een Groei Mindset en hoe de diverse aspecten van de Vastgezette Mindset het tegenovergestelde effect hebben.

REFERENTIES

Dweck, Carol S. (2006). *Mindset, the new psychology of success*. New York, Random House.

Haar website: www.mindsetonline.com.

Hartzler, G. en M. (2004). *Facets of Type, activities to develop the type preferences*. Huntington Beach (CA), Telos Publications.

Kuipers, W. i.s.m. Van Kempen, A. (2007). *Verleid jezelf tot excellentie! Gereedschap voor extra intelligente mensen*. Zoetermeer, Free Musketeers.

Kuipers, W. (2010). *Enjoying the Gift of Being Uncommon. Extra Intelligent, Intense, and Effective*. Zoetermeer, Free Musketeers.

Dit artikel is een nadere uitwerking van mijn eerdere artikel *Mindset: het verschil tussen stoppen of doorgaan*, gepubliceerd in MensaBerichten 546.